36
2015

الكتاب العربي للعلوم النفسية

اصـــدارات مكتبيـــة محكمـــة في علــــوم النفـــس

نحـــو مدرســـة عربيـــة في علـــوم النفـــس

سلسلـــة الإصـدارات المكتبيـــة المحكمـــة لـ"شــعــــن":

الإصــدار السادس و الثلاثـون



عــــدد 36- 2015

إصـدارات مؤسســـة العلـوم النفسيـة العربيـة

ابنـي يدفعنـي للجنـون

دليـل التعامـل مع المشاكـل السلوكيـة للطفـل و المراهـق

د. ريهام أحمد عبد المحسن سيد

الفهـــــــــرس

المقدمة	6
مقدمة د.محمد شريف سالم	11
الباب الأول المشاكل السلوكية	14
الفصل الأول هل أنت مسئول عن تصرفات طفلك؟	14
1-تطور مخ الطفل	14
2-الرعاية الأبوية الجيدة	14
3- أسلوب التنشئة	15
4-الاساءة النفسية للاطفال	18
5- مسئولية تصرفات الأبناء	20
6- الممارسة السليمة للسلطة الوالدية لتشجيعه علي اللعب بمفرده	21
7- كيف تتعامل بهدوء فى المنزل	29
8- نصائح لزوج الام في التعامل مع ابنائها	31
الفصل الثاني أنواع المشاكل السلوكية	33
1-عنف الأطفال فى المنزل والمدرسة	33
2-السلوكيات المنحرفة	37
3-السلوك التخريبي	40
4-عناد الولد	42
5-فهم التصرفات الاندفاعية	45
6-التعامل مع الكذب	47

7-لماذا يسرق الاطفال 48
8-الهروب من المنزل 49
الباب الثاني مشاكل الدراسة 51
الفصل الثالث العودة للمدرسة 51
تحفيز الاطفال على التعلم 53
رفض المدرسة 58
طفل صعوبة التعلم 65
دسلكسيا 67
التعامل مع الصعوبات الدراسية كل علي حدة 73
تأخر النطق 84
التهتهه 91
الطفل المعاق عقلياً 98
طفل فرط الحركة نقص الانتباه 104
للتعامل في الفصل 105
للتعامل في المنزل 109
الباب الثالث الأطفال صعبة الطباع 118
الفصل الرابع الفطام 118
التسنين 119
الأكل 120
النوم 121
خصائص مرحلة الحبو 123
خصائص مرحلة الطفولة المبكرة 126
خصائص مرحلة الطفولة المتأخرة 127
تأثير الخلافات الزوجية 129

الفصل الخامس الأطفال صعبة الطباع	131
طباع تظهر في البيت	138
العصبية ومص الإصبع	154
طباع تظهر في المدرسة	160
الباب الرابع الثقة بالذات	164
الفصل السادس أوجه اضطراب الثقة بالذات	164
ضعف الثقة في النفس	164
الغيرة الاخوية	167
مشكلات الاكل والشهية	169
التبول اللاارادى	172
مخاوف الأطفال	179
القلق	182
الطفل كثير الرغبات	191
التحكم في الاندفاع (المهارات العاطفية)	198
الباب الخامس الجنس ومعناه الإنساني	208
الفصل السابع الخيال لدي الأطفال والألعاب	208
الفصل الثامن التربية الجنسية والعادة السرية	218
الميل للجنس نفسه	227
تعرض الأطفال لاعتداء جنسي	232
الفصل التاسع ابني المراهق يقودني للجنون	239
الباب السادس اضطرابات طيف التوحد	257
الفصل العاشر ابني لايشعر بي	257
الفصل الحادي عشر التعامل مع الطفل الذاتوي في المنزل	272
المراجع	312

مقدمـــــــــــة

بسم الله القائل في محكم كتابه "اقرأ بسم ربك الذي خلق*خلق الإنسان من علق*اقرأ و ربك الأكرم الذي علم بالقلم*علم الإنسان ما لم يعلم"

صدق الله العظيم سورة العلق(1-5)

إذا عاش الطفل في جو من التشجيع يتعلم الثقة بالنفس

إذا عاش الطفل في جو من التحمل يتعلم الصبر

إذا عاش الطفل في جو من المديح يتعلم الرضى والمحبة

إذا عاش الطفل في جو من المشاركة يتعلم العطاء والكرم

إذا عاش الطفل في جو من النزاهة يتعلم الصدق

إذا عاش الطفل في جو من الإنصاف يتعلم العدل

إذا عاش الطفل في جو من مراعاة المشاعر يتعلم الاحترام

إذا عاش الطفل في جو من المحاسبة والانتقاد يتعلم الكذب

إذا عاش الطفل في جو من الاحباط والعنف يتعلم العدوان

إذا عاش الطفل في جو من الخوف يتعلم الضعف والقلق

إذا عاش الطفل في جو من الوحدة الاجتماعية يتعلم الانطواء

إذا عاش الطفل في جو من السخرية يتعلم الخجل

إذا عاش الطفل في جو من الغيرة يتعلم الحسد

إذا عاش الطفل في جو من الاهتمام الزائد يتعلم عدم الاعتماد على النفس

أود أن أسترجع قوا أرسطو: الفضيلة وسط بين طرفين كلاهما رذيلة

غالبية مشكلات الطفل لاتنتج عن الاضطراب بمقدار ما تصدر عن عدم الخبرة, ومن ثم فان جهودا كبيرة قد تبذل فى محاولات العلاج واستشارة الخبراء يمكن اختصارها بإعطاء معلومات دقيقة ومفصلة عن كيفية أداء السلوك السليم, أوكيفية أداء النشاطات المختلفة بكفاءة.

وقيل في الأثر: قال عمر بن عتبة يوصي مؤدب ولده: (ليكن ما تبدأ به من إصلاح بني اصلاحك لنفسك، فإن عيونهم معقودة بعينك، فالحسن عندهم ما استحسنت والقبيح ما استقبحت)

كيف تواجهون مشاكل أبنائكم ؟؟؟

إذا لم تستطيعوا أن تتواصلوا مع أبنائكم والأسوأ ألا يستطيعوا هم أن يتواصلوا معكم سيكون للمجتمع اليد العليا في التعامل معهم, ولكن يمكنكم أن تجعلوا أبناءكم يقلعون عن العادات السيئة مثل مشاهدة التلفزيون دون حدود,والإفراط في الاستهلاك والاهتمام بقشور الأشياء عن طريق التواصل (أوقات خاصة محددة للحديث شيئ لا خيار فيه وتفهم المشاعر), وتشجيع النمو الفكري, والتأديب, وغرس احترام الذات وتقديرها, تعليم القيم, وتشجيع الاجتماعيات. احترامهم و الإعجاب بهم,الحب غير المشروط, توقع الجيد ومصادقتهم, والتوازن الأسري.

الغالبية العظمى من مشكلات الأطفال تكتسب بسبب أخطاء فى عملية التعلم, وسوء علاقتهم بآبائهم

يجب أن نتحاشى التسرع والعجلة فى وصف طفل معين بالقلق أو الاضطراب النفسى. ويتطلب ذلك أن نميز بوضوح بين ما هو مشكلة تحتاج للعلاج, وما هو مرحلة أو أسلوب تفرضه متطلبات النمو, فمن المعروف مثلا أن الفترة من سنتين الى أربع سنوات- تعتبر من أشق المراحل فى تربية الطفل لما فيها من حركة ونشاط واستكشاف للبيئة.

ولهذا يكون من الطبيعى أن يتسم سلوك الطفل وتصرفاته بمظاهر قد يفسرها الوالدان خطأ على أنها نوع من التخريب وقد تدفع المتعجل الى أن يتصور أن هناك شيئا مرضيا لدى هذا الطفل. إن التخريب والعدوان والحركة الشديدة فى هذه المراحل نابعة من تشخيصات الآباء وانزعاجهم ولكنها بالنسبة للطفل تطور طبيعى , واكتشاف لقوانين الطبيعة وحب الاستطلاع.

فضلا عن هذا, فإن غالبية مشكلات الطفل لاتنتج عن الاضطراب بمقدار ما تصدر عن عدم الخبرة, ومن ثم فان جهودا كبيرة قد تبذل فى محاولات العلاج واستشارة الخبراء يمكن اختصارها بإعطاء معلومات دقيقة ومفصلة عن كيفية أداء السلوك السليم, أوكيفية أداء النشاطات المختلفة بكفاءة.

ويدرك المعالج أن الغالبية العظمى من مشكلات الأطفال تكتسب بسبب أخطاء فى عملية التعلم, وسوء علاقتهم بآبائهم أى نتيجة لأخطاء بيئية.

الأطفال عادة لا يصدقون أننا نسعى لإدراك مشاعرهم فنحن نقبل شخصية الطفل ولا نقبل تصرفه الخاطئ.

المشاكل التى تواجه الاباء مع اطفالهم تجعل أول جملة أسمعها من أى أم قبل أن تشكو من طفلها هى " عالجينى أنا " أنا تعبت و"حاسه انى حتجنن" ابنى يقودنى للجنون "عاوزه مهدئ".

وقد حاولت وضع برنامج أو خطة محددة لها خطوات للتعامل مع كل مشكلة قدر الإمكان قد تقابلها مع طفلك أو قد قابلتها بالفعل, مما جعل جانب الحلول له مساحة أكبر قليلا من جانب شرح المشكلة بالتفصيل الممل والأمثلة عليها, وذلك في 6أبواب و11فصل(أتمني أن يكون مرجعا للمساعدة الذاتية)

لذلك حرصت أن يكون الباب الأول في الفصل الأول تحديد لمدى مسئولية الوالدين فى تغيير ابنهم وفقا لما يرونه هم وهى وجهة نظرهم فى "أنا مش عايزة ابنى مثالى إنما عايزاه طفل عادى زى الباقين"–هوه عادى إنه يعمل كذا فى السن ده " وذلك لنقص معلوماتهم / وملاحظات خاصة لزوج الام أو زوجة الأب مع الاطفال

– مناقشة عنف الاطفال وسلبيتهم وتعرضهم لعنف المدارس كذلك كذبهم وداء السرقة والانانية, رفض أنواع طعام في الفصل الثاني, هناك بعض البرامج التى تم اقتباسها كما هى كونها شاملة أكثر ومنظمة, أيضا تكرار بعض الخطوات فى أكثر من مشكلة دليل على أن هذه الخطوات مهمة جدا ولها أولوية فى حياه الطفل وإثراء شخصيته وتستخدم حتى لا نقع فى المشكلة وأيضا حتى نخرج منها.

– مشاكل دخول المدرسة والمذاكره وعدم التركيز,التعامل مع الاطفال الذين لديهم مشاكل فى جوانب معينه من التعلم, في الفصل الثالث

– طباعهم (حتى لا نطلق على الطفل أبدا طفل مزعج) في الفصل الرابع

–كذلك خصائص مرحلة الطفولة المبكرة والمتأخرة

واستعراض 26 طبع أو مشكلة, مص الإصبع و طريقة التعامل لكل منها في الفصل الخامس

الأبوة هى جزء مهم فى حب ورعاية الطفل فالرعاية الأبوية الجيدة تعطى الدفء، الأمان الأسري، تساعد أطفالكم ليتعلموا قوانين الحياة

– وكيف نربى للطفل ثقة بذاته وإدراكا لقدراته, تعاملنا مع الغيرة بين الاخوة, التبول اللاإرادي ,ضعف الشهية, القلق,المخاوف,الرهاب, وفاة احد الوالدين, التأثربالعنف, كرب ما بعد الصدمة في الفصل السادس.

– التعامل مع طفل كثير الرغبات ,الذكاء العاطفى و المهارات الاجتماعية وكيف يكون لطفلك شخصية متميزة مؤثرة, تربية الإبداع لدى الاطفال واللعب والخيال في الفصل السابع

و تغطية لمعظم المشاكل الجنسية لديهم, وعلامات الخطر التى تستدعى التدخل ومتى نهمل تصرف ومتى نهتم والتعرض للاعتداء والعادة السرية والجنسية المثلية في الفصل الثامن وبعض الملاحظات العامة فى التعامل مع المراهقين كيف يفكرون وماذا يزعجهم وكيف تكسب ثقتهم ولماذا يتجاهلون ما يطلب منهم في الفصل التاسع

– كان من المهم أيضا ألا ننسى أطفال التوحد التعريف بالمرض وبرنامج شامل لكل مشكلة قد نواجهها مع هذا الطفل في الفصل العاشر

وطريقة التعامل خطوة خطوة حيث أن هذه الاسر تعانى جدا حتى يصلوا لكيفية التعامل معهم أو حل مشاكلهم أو تدريبهم أو تعليمهم أودفع الاذى عنهم أوعلى الاقل مساعدتهم لخدمة أنفسهم فى المستقبل في الفصل الحادي عشر

– وحاولت إجابة السؤال كيف تكونت المشكلة وماذا نستطيع أن نفعله حيالها لغير المتخصص والمتخصص فى الطب النفسى وعلم النفس ليستمد منه إرشادات عملية فى التعامل مع المشكلات اليومية للطفل

هذا لا يعنى بطبيعة الحال أن الكتاب يغنى عن الطبيب المتخصص فهو يمثل فقط المعلومات الأساسية التى يلزم تطبيقها قبل الاستعانة بالطبيب فالطفل بعد 6 سنين ممكن يحتاج علاج فردي ولكن قبل المدرسة نصيحة الآبوين فقط للتعامل معه.

يمكنك قراءة فصول هذا الكتاب بأي ترتيب تشاء حسب الأزمة المعينة التي تمر بها ولكن أرجو منك قراءة الكتاب بأكمله.

جهد أتمنى أن يلقى حصاده بتحقيق الهدف المرجو منه فقد حاولت أن يكون الكتاب بعيدا عن أى نظريات علمية معقدة وبأسلوب بسيط حتى يكون تعليميا تربويا فى متناول الأهل بسهولة تطبيقه.

كن ثابتا: اذا لم تتقيد أنت بالقوانين والتعليمات سوف يتعلم طفلك منك ذلك حتى وإن لم يظهر هذا فى بداية الأمر

الطفل إذ ما شعر أنه مضغوط ويعامل بعدم رقة وحنان وعطف ولطف ودفء، من قبل أمه مثلا أثناء إرضاعها له أو تغذيته، فغنه إما يدفع ما بمعدته من غذاء كنوع من الرفض لمعاملته، أو يرفض أن يتناول غذائه

بسم الله القائل في محكم كتابه:

"أَنزَلَ مِنَ السَّمَاء مَاء فَسَالَتْ أَوْدِيَةٌ بِقَدَرِهَا فَاحْتَمَلَ السَّيْلُ زَبَدًا رَّابِيًا وَمِمَّا يُوقِدُونَ عَلَيْهِ فِي النَّارِ ابْتِغَاء حِلْيَةٍ أَوْ مَتَاعٍ زَبَدٌ مِّثْلُهُ كَذَلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْحَقَّ وَالْبَاطِلَ فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاء وَأَمَّا مَا يَنفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الأَرْضِ كَذَلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الأَمْثَالَ" سورة الرعد(17)

{وأن ليس للإنسان إلا ما سعي وأن سعيه سوف يرى ثم يجزاه الجزاء الأوفى } سورة النجم الآيات من 39 –41

صدق الله العظيم

د. ريهام أحمد عبد المحسن

مقدمـة د.محمـد شريـــف سالـم – مؤلـــف كتـاب الوسـواس القهـري

يتعرض كتاب ابني يدفعني للجنون للدكتورة ريهام أحمد عبد المحسن لموضوع يهم كل أسرة في مصر لديها طفل تواجهه بعض المشاكل في تربيته أو حركاته أو كلامه

متي يتكلم؟ لماذا تأخر في نطق الكلمات؟ ما هي أول كلمة ينطقها؟

مشاكل النوم عند الأطفال- أهمية الرضاعة- متي وكيف نفطمه- كيف نساعده علي الأكل وحده- كيف نتعامل مع رفض الطفل للطعام- كيف نعلم الطفل النظافة بدون مبالغة إلي حد تعليمه الوسوسة- ماذا يؤثر علي مشاعر و انفعالات الطفل و أنواع هذه المشاعر و كيف تتغير مع نمو الطفل- أسباب العناد و الخجل و الغيرة و كيفية التعامل معها- التنافس الصحي بين الأطفال و تقويم الزائد منه و رفع المفقود منه علي حسب القدرات و الميول و السن- حدود شقاوة الأطفال ومتي نتدخل ونعتبر ذلك فوق الطبيعي

أسباب السرقة و الكذب و الهروب من المدرسة و العدوان و كيفية علاج ذلك وغير ذلك كثير و كثير

ماجعل كتاب الدكتورة ريهام عبد المحسن ذو قيمة فوق قيمته العلمية هو مرجع مبسط و شامل لكل أم في البيت وكل معلمة في المدرسة وكل مشرفة في النادي

إن هذا الولد و هذه البنت (مش قليل الأدب) و لا(مش متربي) ولا(عنده تخلف عقلي) و لكن هذه إشارة لطلب عرضه علي متخصص في طب نفس الأطفال ليضع خطة و نهاية لمعاناة كل هؤلاء

اضطرابات الشخصية عند الطفل تكثر عند الذكورمن الأطفال أكثر مما هي عند الاناث ويكون الطفل ميالا للوحدة وحب العزلة وعدم حب الاختلاط بالأطفال الآخرين ويشعر بالغربة والرهبة من النشاط الجماعي

وهؤلاء جميعا سوف يجدوا ويكتشفوا كيف نقيم الأعراض- كيف نضع خطة لأهداف علاجية واقعية و مهم جدا كلمة واقعية هذه حيث أحيانا يضع الأهل والمعلمين أمال واسعة علي الطبيب في أنه سيقوم بمعجزة و يعمل من (الفسيخ شربات) و يدخل طفلنا في ماكينة أو في قالب ليخرج من الجانب الأخر(أخر أدب) و(أخر ذكاء) و(أخر شطارة)

و لنجاح العلاج النفسي للأطفال لا بد أن يشارك الآباء بطريقة بناءة و تشجيعية و لايتعدي قلق الآباء قلق الأبناء أنفسهم وأن يكون لديهم رغبة حقيقية في مساعدة أطفالهم حتي يقوموا بأداء التدريبات و التعديلات السلوكية بصورة حازمة بل و أحيانا صارمة و لكن بهدوء و حب

و أن يكون الطفل يريد حقا أن يتحسن و ينمو و يتطور لأنه سيشترك فعليا في الخطط العلاجية و بالتالي عليه أن يفهم هذه الخطط جيدا قدر المستطاع و ان يكون إيجابيا متحمسا نحوها والشرط الأخير يجب أن تكون علاقته بوالديه جيدة بدون إفراط أو تفريط أو تدليل

ولكن الحقيقة أن الدكتورة ريهام عبد المحسن وضعت لكل من الطفل و الأهل و الطبيب دور لابد من القيام به حتي تكتمل الدائرة العلاجية قبل أن يفوت الأوان و يكبر الطفل و يفقد فرصته في العلاج و التدريب وتقويم الكلام واللسان و تعديل السلوك

والله أسال أن يعطي مؤلفة هذا الكتاب النية الطيبة و الثواب الجزيل و الذكر الجميل وأن يكون فاتحة خير لها في العلم و الطب والدين و الدنيا و الأخرة

إن الإساءة النفسية للطفل في مرحلة طفولته المبكرة عادة ما يصاحبها إحساس بعدم الأمان وخلل في تكوين الروابط والعلاقات في الكبر

د.محمد شريف سالم
استشاري الطب النفسي
بمستشفى المعمورة للطب النفسى بالاسكندرية
2013-12-22

شكـــــــر و تقديـــــــر

شكر و تقدير لكل من ساعدني ليخرج هذا الكتاب بهذه الصورة

د.محمد شريف سالم استشاري الطب النفسي علي مراجعته الدقيقة وتعديلاته الموضوعية ومناقشاته المثمرة وهذه المقدمة الجميلة

د. هيلين أحمد فوزي مدير عيادة الأطفال و المراهقين بمستشفى المعمورة للطب النفسى بالاسكندرية علي العديد من الموضوعات العلمية

كذلك أ.رانيا أحمد عبد المحسن معلمة بمدرسة إعدادي بنات و أ. ليلي كامل حافظ مشرفة أتوبيس بمدرسة إعدادي بنات علي المساعدة في الكتابة العلمية

د.محمد حسين أخصائي الطب النفسي بمستشفى المعمورة للطب النفسى بالاسكندرية ود.سارة ثروت و د.حنان المزاحي مدير عيادة التدخل المبكر بمستشفي طلبة المدارس علي تشجيعها الدائم

وكل من ساهم في المراجع العربية و الأجنبية للكتاب

وكل من سيحرص علي اقتناء الكتاب و قراءته ليستفيد و يفيد طفله أو طفل يعالجه

البـــــاب الأول:المشاكـــــــــل السلوكيـــــة

الفصـــل الأول:هـــل أنـــت مسئـــول عـــن تصرفـــات طفلـــك؟

1- تطـــــور مـــــخ الطفـــــل

-إن **عدم تطور مخ الطفل** من الولادة حتى 3 سنين (خاصة من 10-24 شهر) يؤثرعلى النطق ,مهارات الحركة , الذكاء,التصرفات فمن أكثر ما يؤثرعلى نمو الطفل وتطوره عاملين : الفقر وتعامل الأسرة

(1) الفقر: ضعف تغذية الحامل يؤثر على وزن الطفل وتعرضه للأمراض وعدم النمووبكون عرضة للمضاعفات بعد أى اصابة, كذلك الظروف السكنيه السيئة وضعف التهوية يؤثرعلى التركيز وزيادة العنف, وأيضاانشغال الأب بالعمل ولا وقت يقضيه مع الطفل

(2) طريقة تعامل الأسرة: **وجود مريض بالأسرة** ولا أحد يفسر للطفل طبيعة المرض ويعتنون به ويهملون الطفل (يؤدى وجود الجد فى المنزل لتغيير النظام وقد يقوم بتصرفات تخيف الطفل خصوصا سن المدرسة)-

الشجاروالانفصال بين الوالدين- مسئولية الوالدين ناحية الجانب الجسدى (الصحة),التقارب الاجتماعى والتعليمى- ترتيب الطفل- علاقته بأخواته.

إن الحرمان الحسي والعاطفي له تأثير سلبي مستقبلا على الذكاء وتكوين الوظائف التنفيذية والذاكرة كما يساعد على حدوث اضطرابات وتشوهات نفسية

2-الرعايـــــة الأبويـــــة الجيـــــدة Good parenting

الأبوة هى جزء مهم فى حب ورعاية الطفل فالرعاية الأبوية الجيدة تعطى الدفء، الأمان الأسري، تساعد أطفالكم ليتعلموا قوانين الحياة (المشاركة مع الآخرين وأحترامهم وتطوير الثقة الجيدة بالنفس....) وذلك ب:

-كن ثابتا: اذا لم تتقيد أنت بالقوانين والتعليمات سوف يتعلم طفلك منك ذلك حتى وإن لم يظهر هذا فى بداية الأم

–المديح للطفل –التخطيط للمستقبل – إشراك الطفل – كن هادئا

–كن واضحا مع الطفل : مثلا ضع ألعابك فى مكان آخر وتابع النتيجة وكن إيجابيا معه, إذا لم يفهمك الطفل فإنه لن يطيعك، اجعل أمرك قصيرا وبسيطا

–كن واقعيا – عليك التخطيط لقضاء أوقات ممتعة سويا مع الطفل ، مثلا تستطيع أن تلعب معه أو تقرأ له او تطبخا سويا لمدة عشر دقائق كل يوم.

إن الإساءة النفسية للطفل في عمر الثلاث سنوات بالأخص يمكن ان يكون له تأثير سلبي صادم وذلك بسبب معدل النمو والتطور السريع للمخ والأجهزة الحيوية بالجسم في تلك الفترة

–تجربتك الذاتية (طفولتك) مهمة جدا فإذا كنت أنت عوقبت كثيرا فى الطفولة قد تجد نفسك تفعل نفس الشئ مع الطفل ، وقد يكون العكس.

–إذا لم يتفق الأبوان على تعليمات معينة أو تضادا فى تفسير الأشياء قد يؤدى بالطفل الى حصوله على أفكار متعاكسة و عدم معرفة أى التعليمات يجب عليه أن يطيع.

–التحدث عن المشاكل مع الآباء الآخرين أوالأصدقاء أوالمعلمين أوالطبيب المعالج هو عمل مفيد جدا.

–في مرحلة الاكتشاف لدى الأطفال من سن 3 إلى 5 تكثرأسئلة الأطفال فكن صبورًا معلما وساعدهم ليجدوا الإجابات – من سن 3 إلى 10يتعلم الاستقلال والاعتماد علي نفسه والصداقات والنظام

مرحلة تكوين الصداقات من سن ١١ إلى ١٤ فكن صديقاً لأبنائك كي لاتخسرهم–مرحلة إثبات الذات (أنا موجود) من سن ١٤ إلى ١٨ لا تجعله نسخة منك ، احترم ذاته–مرحلة الحرية والإنجازات من سن ١٩ إلى ٢٤ اعطه حريته وادعم إنجازاته.

إنها راحة للأولاد معرفة ان مشاعرهم طبيعية وأفضل طريقة لإفهامهم هذا هو عملية تفهمهم

3-أسلـــــوب التنشئـــــــة

تحدد الاضطراب: الاطفال الاستعداد الوراثي,الأزمات البيئية,أسلوب تنشئة

– فدراسة الاشخاص المصابين بالقلق بينت أنهم ولدوا لآباء يتميزون بالضبط الشديد,وأن علاقتهم بأبنائهم تميزت بالتوتر والتخويف فى المواقف الاجتماعية

وتنتهى هذه الخبرات بالطفل فيما بعد إلى سهولة تعلمه واكتسابه للمخاوف المرضية, تلك المخاوف التى تعتبر السمة الأساسية لكل جوانب القلق والعصاب.

– و مشاكل الوسواس القهري في الأطفال

وأسبابها بإيجار :

-خبرات الطفولة القائمة على التشدد في أساليب النظافة

-موت أحد الوالدين

-تربية قاسية

-وأخيرا عامل عضوي بيولوجي

وسواس قهري بشكل أفكار ومفاهيم طفلية لا يقدر على الــتخلص منهـــا أو السيطرة عليها على الرغم من كونه مدرك لعدم صحتها ومنطقيتها. ومن أن أفعال الطفل وسلوكه نتاج عن تلك الأفكار القهرية المتسلطة. وتتميز سلوكيات الطفــل من أنها متكررة ومتسلطة معد لأعمدة النور في الشوارع، أو عد الشـــبابيك فـــي المنازل او الدكاكين في الشارع، او غسل اليدين بشكل متكرر لكي يقي نفسه من ا، يصاب بمرض معين من عدم غسله ليده

– أما حالات الجناح فترتبط بالرفض والعقاب البدني مما يدل على أنه ينشـــأ من نوعية مختلفة من التنشئة"

– طفولة الهستيريين ذات طبيعة مختلفة: فوالدة الهســتيرى (أو الهســتيرية) تكون من النوع الذى يسرف فى الرعاية والسيطرة,وتولى اهتمامهـــا للشـــكاوى الجسمية, والأمراض البدنية ويؤدى هذا إلى اللجوء إلى الحيل والأمراض الجسمية فى مواجهة الإحباطات والصراعات وهذا هو جوهر ما نسميه بالهستيريا".

والطفل المصاب بمرض الهستيريا هو طفل مدلل وأنـــاني ويحـــب عطـــف الآخرين ورحمتهم، كما أنه يحب إقلاق الآخرين وإتعابهم إا بغرض فـــرض مـــا يريد منهم وعليهم أو لعقابهم أو للتخلص من موقف حرج لا يود أن يوضع فيه .. الخ

ويحدث هذا الطفل عندما تزداد حالة القلق لديه وعدم رضاه

التوبيخ المفرط يجعل الطفل يشعر أنه هو نفسه خطأ و غير مقبول و هذه هي بذرة الخزي الذي يتسبب فيما بعد في الكثير من الاضطرابات النفسية و السلوكية

-والفصام يظهر غالبا لدى الأشخاص الذين يتعرضون فى طفـولتهم للكـف والعزلة عن الأطفال الاخرين ولم يتمكن العلماء حتى الآن من اكتشـاف مـا إذا كانت هذه العزلة ترجع الى فشل الشـخص فـى اكتسـاب وتعلـم المهـارات الاجتماعية التى تساعد الشخص على التكيف الفعال, أم تعكس سمات موروثة من الشخصية. وهناك دراسات تبين أن الفصاميين يأتون من أمهات كثيرات الغضب, ولكنهن مسرفات فى الرعاية فى نفس الوقت. كما توضح هذه الدراسات أن تخلف الفصامى فى فهم العلاقات الاجتماعية وعجزه عن التواصل بالناس, إنما يتسـبب عن اضطراب التواصل بينه وبين الأبوين فى الفترات المبكرة. أى أن الفصـامى لم يجد نماذج من الاتصال الاجتماعى الجيد فى داخل الأسرة يمكن أن يحاكيها فى تفاعله مع المواقف الاجتماعية المختلفة.

وهناك نظرية تثبت أن الاتصال بين الأم والفصامى يأخذ ما يسـمى بشـكل الرسائل المزدوجة فالأم تتصرف بطريقة معينه ثابتة ولكنهـا تتوقـع اسـتجابة مختلفة. بحيث أن الطفل يتلقى رسائل (أو منبهات) بأنه يجب أن يسلك على نحو معين, ولكنها رسائل تتضمن فى الوقت عينه بعض المعلومات التى تتناقض مـع ذلك تناقضا ملحوظا فيفشل أيا كان اختياره.

-وتتضمن أسر المصابين بالبارانويا (هواجس العظمة والاضطهاد) هذا النوع من الآباء والامهات الذين يفتقرون للغة التواصل الاجتماعى والحساسية للآخرين, والذين لا يشجعون أبناءهم على مواجهة الواقع بطريقة إنسـانية سـليمة بسـبب افتقارهم لذلك أو بسبب التدليل الشديد لهؤلاء الأبناء.

ويبدو أن المعتقدات الثابتة التى يتبناها المصاب بهواجس البارانويا فيما

بعد تكون فى الأصل تبريرا للتضخم فى إدراك الذات, ويزداد رسـوخ هـذه المعتقدات والهواجس عندما يتعرض هؤلاء المرضى لأزمات فشل بحيث تبـدو تلك الأزمات عديمة الأذى وضعيفة التأثير إزاء الهواجس وأفكار العظمة القوية.

-أما الاكتئاب فيحدث عندما يكون الوالدان من ذوى الضمير القوى الصارم, يتجهون للوم النفس الشديد عند حدوث أشياء خاطئة.

اشرح التغيير وكن مختصرا بأن تقول له عندما تقوم بتصرف سيء فأنني سأحرمك من شئ ما حتى تعتذر,أننى أعلم أن هذا سيضايقك ولكنك تحتاج الى النظام

-أيضا

الطفل إذ ما شعر أنه مضغوط ويعامل بعدم رقة وحنان وعطف ولطف ودفء، من قبل أمه مثلا أثناء إرضاعها له أو تغذيته، فغنه إما يدفع ما بمعدته من غذاء كنوع من الرفض لمعاملته، أو يرفض أن يتناول غذائه. وكذلك فإنه إذا ما أرغم الرضيع أو الطفل على عملية الاخراج بالقسوة والعنف فإمه يصاب باضطراب في جهازه الاخراجي او بإمساك أي (عدم التغيط) أو قد يستمر في التغيط والتبول، كنوع من التعبير من عدم الرضى لما يشعر به من عدم حسن معاملته

واضطراب الشخصية عند الطفل تكثر عند الذكورمن الأطفال أكثر مما هي عند الاناث ويكون الطفل ميالا للوحدة وحب العزلة وعدم حب الاختلاط بالأطفال الآخرين ويشعر بالغربة والرهبة من النشاط الجماعي وكذا الخوف من ممارسة الألعاب الرياضية العنيفة. كما يلاحظ أ، الطفل يميل إلى العناد والعداوات أمام أقرانه من أن الطفل يميب غلى الانفلات والانغماس الكلي مع لعبه

الطفل لا يشعر باي مسؤولية تجاه شيء أو أي كان

ليس لديه الصبر والتأني في موجهة أي حدث أو أي موقف

لا يشعر بالذنب أو بالأهمية أو بالقلق لأي فعل يقوم به بشكل خطأ

لديه القدرة الدائمة في التخريب والتدمير والاساءة

كما يميز بعدم استقرار في الرأي والعاطفة إتجاه أي كان أو أي شيء

يعيش فيه، وبتعبير آخر فسلوكه يتميز أنه سلوك مفرط، مغال، ومتجاوز الحد

وهكذا يطلق على ذلك الطفل الذي حصل على بعض الأسس التربوية في مرحلة نموه وتطوره ولكنه لم يحصل عليها بشكل تكاملي وإنما تعرض لاهتزاز وانقطاع ا, تعرض إيضا لنوع من الضغط والانهيار النفسي أثناء مرحلة النمو النفسي

حاولي أن تشعري بما يشعر به مهما كان الموقف تافها ولا تسخري من إحساسه لا تقولي له أنت فاشل مثل أبوك أو حاول ان تكون مثل أخوك بل علميه.اعتذر لابنك عندما تخطئ

4-الإســـــــاءة النفسيـــــــــة للأطفـــــال

إن الإساءة النفسية للطفل في مرحلة طفولته المبكرة عادة ما يصاحبها إحساس بعدم الأمان وخلل في تكوين الروابط والعلاقات في الكبر

ومع زيادة عمر الطفل فإن مشاكل الترابط هذه غالبا ما تعيقه عن أدائه الصحيح في الكثير من الأمور الحياتية مثل تكوين الأصدقاء, علاقة الود والحب ،القدرةعلى التبادل, الأخذ والعطاء، العناية بالاخرين ،القدرة على استيعاب مشاكله والقدرة على ايجاد حلول لها ....كذلك تؤدي الى إعاقة في تطوره الفكري وفي العملية التعليمية كما تؤدي الى عنف وبعض الاضطرابات السلوكية والاجتماعية. الإساءة النفسية للطفل تؤثر بشكل سلبي في قدرته علي تنظيم علاقاته بشخصيات بالغة مهمة خلال حياته.

إن الحرمان الحسي والعاطفي له تأثير سلبي مستقبلا على الذكاء وتكوين الوظائف التنفيذية والذاكرة كما يساعد على حدوث اضطرابات وتشوهات نفسية

إن الإساءة النفسية للطفل في عمر الثلاث سنوات بالأخص يمكن ان يكون له تأثير سلبي صادم وذلك بسبب معدل النمو والتطور السريع للمخ والأجهزة الحيوية بالجسم في تلك الفترة

ولعل التأثير الأقوى والأهم في هذا النمو والتطور هو للبيئة التي يعيش فيها الطفل ومدى صحة التربية التى يتلقاها وقوة الرابطة الأسرية التي تتكون.

تقديم الأوامر دون تشدد أو تسلط وإتاحة المجال للمناقشة ، مع إظهار بعض الحنان كالتربيت على الكتف أو الاحتضان

أنواع الإساءات النفسية الواقعة على الأطفال من القائمين على رعايتهم

1-الرفض	-استهانة أو تشويه صورة الطفل -الاستخفاف بالمشاعر العفوية للأطفال -الإهانة أمام عامة الناس
2 -إرهاب الطفل ويمكن ان يكون	-وضعه في ظروف فوضوية أوغير متوقعة أو غير مرغوبة -الدفع به في مواقف فيها خطورة عليه -الصلابة والجمود في توقعاتنا لإنجازاتهم مع التهديد إذا لم يتم تحقيق هذه الإنجازات -التهديد واستخدام العنف مع الطفل أو مع ما يحبه أو من يحبه
3-العزل ويكون من خلال	-تحجيم حركته داخل بيئته -الحد من مشاركاته في الحياة الاجتماعية
-الاستغلال 4والإفساد	-السماح له أو تشجيعه على القيام بأعمال ضد مجتمعية أو أعمال لا تتوافق مع الطبيعة البشرية وقد يكون برؤيته لنموذج الشخصية متمثلا في أبويه أو أحد المقربين -إعاقة أوتقييد إمكانية التطورالفكري والعقلي لديه -تقييد أو تقويض(هدم) أي محاولات لبناء شئ من الاستقلالية لدى الطفل

5- إنكار أي مشاعر انفعالية أوتفاعليه (كردود أفعال) لدى الطفل مثلا	-وجود نوع من الجفاء وعدم التواصل العاطفي ليكون التدخل -من القائم على رعاية الطفل- وقت الضرورة فقط -بخل المشاعر وندرة الدفء العاطفي أو انعدامه ، اللامبالاة أوافتقارالتقديرو المديح وتقديم المكافآت على مدار مراحل التطور عند الطفل
6- إهمال الصحة النفسية والعقلية ، الإهمال الطبي والتعليمي للطفل ويكون	-التراخي في تقديم الاحتياجات الأساسية للطفل من الخدمة الصحية والعلاجية، أو التعليمية وإهمال إمداده بالدعم العاطفي (مشاركة الطفل مشاعره والإحساس به) والسلوكي عند احتياجه لهذا -التقصير في تقديم الخدمات الصحية اللازمة للطفل لأسباب لا تتعلق بالحالة الاقتصادية

تعزيز الطفل (مكافأته) عند قيامه بالأمر المطلوب مباشرة وعدم التأخير في ذلك خاصة عندما نعده بالمكافأة

The difference between shame and guilt: Guilt comes from recognition that one has done something wrong, and feels remorse from that wrong doing. Guilt can lead to accountability, since that person is likely to feel regret and responsibility for his or her actions. Shame is more about feelings of humiliation and worthlessness, and is likely to cause that person to withdraw in embarrassment. The difference here is that shame does not lead to accountability—and may lead to a decrease in effective problem-solving skills.

التوبيخ المفرط يجعل الطفل يشعر أنه هو نفسه خطأ و غير مقبول و هذه هي بذرة الخزي الذي يتسبب فيما بعد في الكثير من الاضطربات النفسية و السلوكية.

5-دائما يتحمل الآباء مسئولية تصرفات الأبناء عن طريق أربع طرق :

1- أن يعمل الآباء بجد واجتهاد لضمان سعادة الأبناء وعندما يشكو الطفل يشعرالأب أنه مسئول عن إسعاده ويشعر الطفل أن أباه لا يثق في أنه يستطيع إدارة شئونه أو تصرفاته فيعتمد على الآخرين دائما.

2- المدح الدائم له وتوقع الآباء من أبنائهم أقل القليل مهما كانت تصرفات الطفل سيئة وكونه كثير المطالب.

3- شراء أشياء كثيرة للطفل فى محاولة لإرضائه ليكف عن تصرفاته السيئة فيستخدم المال لتجنب المشاكل وليس كمكافأة لتصرفات الطفل فلا يتعلم أن يفرق بين ما يريده وما يحتاجه فعلا فيبدأ فى الاحساس بالسيطرة والمطالبة ويبتعد عن العمل ويبدأ فى العنف ويستخدم دائما المقياس المادى, وإحساسه بذاته لا يعتمد

على عمل أو إنجازات فالعمل هو مصدر للمال فقط (يجب أن نراعي حاجات الولد بدون الاستجابة لكل شئ حتي لا يكون أنانيا ويشعرأنه غير محبوب فلابد من قطع الطريق لمحاولات الولد ابتزازنا عاطفيا لتنفيذ رغباته) .

4- الحماية الزائدة وإنقاذ الأطفال من أخطائهم فلا يواجه الطفل عواقب تصرفاته أبدا, فالطفل يحتاج للحب والتقديرأكثر من الأهل.

-من أنواع المعاملة الأبوية :

ديكتاتور(أوامر طوال الوقت بلا تفسيروكثرة النواهي) - متعاون(يستمع لأبنائه) - وقتي (حسب الموقف ديكتاتورأومتفهم)_ متحبب(خايف من المشاكل)- مهمل- ناقد-يدلل- مثاليه زائدة-ضعيف-صامت- تخويف الطفل بالتهديد أو يسخر منه- تقديم الرشاوي-الناصح بخطب طويلة-

عدم محاولة تفهم الدوافع التى تؤدى بالطفل إلى السلوك الخاطئ-

الإسراف فى الوعود المتكررة للطفل- المقارنة الغير عادلة مع غيره من الأطفال.

تجنب اللجوء إلى العقاب اللفظي أو البدني كوسيلة لتعديل سلوك العناد عند الطفل

6-الممارسة السليمة للسلطة الوالدية

بعد أن يعلم الآباء الطرق غير الصحيحة فى التعامل مع الأبناء يجب أن يتعلموا الطرق الصحيحة فدائما لايزال هناك وقت كى تبدأ التعامل مع طفلك بالطرق الصحيحة (المناقشة مع الطفل عن الحلول الموجودة لديه وإعطائه حلول أخرى, التدريب وتذكيره دائما بما تم الاتفاق عليه ووضع الحدود والقواعد للتصرفات) وهى عن طريق:

1- عمل **نظام** بالمنزل:

-أن يأتي عند النداء عليه مهما كان مايفعله لا أن يرد من مكانه

-عدم التذمر عند تصحيح أخطائه

-كافئ وحدد مناطق النظام في شخصيته:يسمع-يعرف متي وكيف يقاطع الاخر-يتحكم في غضبه-إنهاء واجباته وعند مكافأته حدثه عن المكافأه الداخلية وهي بناء نظام للشخصية (الفرق بين المكافأة والرشوة:الرشوة ساعة عصبية الطفل ويكون هو المتحكم, المكافأة نظام متفق عليه بمشاركة الطفل بيعمل التصرف وهوعارف ماذا سيحدث بعد ذلك)

-أنشطة النظام مثل الرياضة-الموسيقي-الكتابة-الاهتمام بالاخر -المحافظة علي نظام الحجرة ونظافتها أوميعاد نومه, شجعه وقل له مثلا أنت شخص مسئول لأنك استيقظت مبكرا.

- اعمل روتين عند النوم وفي الصباح ومع الواجبات كى يحس بالمسئولية "عمل الصواب بدون مراقبة".

2- قرر ما الذى تريد تغييره أولا وهى الأشياء الأكثر خطورة.

3- وضح بالضبط ما الذى تريد تغييره بأن نقسم التصرفات الى أجزاء صغيرة على خطوات ونجد معه الحلول البديلة.

4- قل لطفلك ما هو الهدف بأن تحدد له التصرف الخطأ الذى تريد تغييره ولايشترط أن يوافق على ما تقوله فهذه طريقتك فى التعامل مع المشاكل لتغيير نظرته فى العلاقات مع الآخرين ومع السلطة ومع الكبار.

اعتبار التكليفات المعطاة له نوعاً من تحمل المسئولية حيث أنه إذا لم ينجزها يتم حرمانه من معزز محبب له

5- اشرح التغييروكن مختصرا بأن تقول له عندما تقوم بتصرف سيء فأنني سأحرمك من شئ ما حتى تعتذر,أننى أعلم أن هذا سيضايقك ولكنك تحتاج الى النظام

6- لاتعطيه فرصة فإذا كان طفلك يسرق فلوسك اغلق باب حجرتك أواخفى محفظتك وإذا كان طفلك يصرخ ويبكى عندما تأخذه الى السوق فلا تأخذه حتى يظهر لك أنه يستطيع أن يتحكم فى غضبه (عدم إعطاء الفرصة هى أبسط طريقة لتغيير التصرف).

7- لا تنتظر تعاطف طفلك معك فجهاز تعاطفه لم يعمل بعد فلن يتعاطفوا مع مواقف الآخرين فإذا أردته أن يغير التصرف يجب أن تجعله يدرك أنه سيستفيد من التغيير فعندما يكذب طفلك لا تقل له أن كذبه يضايقك وقل له: ألا يضايقك أن تعاقب بسبب الكذب؟ تذكرأن العقوبة لن تنتهى حتى يتوقف كذبك.

8- ضع قواعد وعقوبات وعندما تنجح طريقة مع طفلك ولو لفترة صغيرة كررها.

9 - حاولي أن تشعري بما يشعر به مهما كان الموقف تافها ولا تسخري من إحساسه لا تقولي له أنت فاشل مثل أبوك أو حاول ان تكون مثل أخوك بل علميه,اعتذر لابنك عندما تخطئ ,اقترب منه ب:

– تقديم الأوامر دون تشدد أو تسلط وإتاحة المجال للمناقشة ، مع إظهار بعض الحنان كالتربيت على الكتف أو الاحتضان .

– تجنب أن تكون المهمة التي سيقوم به الطفل تحرمه من حاجة أخرى يريد إشباعها، أو تتعارض مع ميوله ورغباته.

– إعطاء أمر واحد لمرة واحدة دون تردد والثبات عليه، أي ألا نأمر بشيء ثم ننهى عنه بعد ذلك.

– توضيح للطفل أن الأسرة كلها مستفيدة من هذا الأمر وكذلك هو من ضمن الأسرة .

– تعزيز الطفل (مكافأته) عند قيامه بالأمر المطلوب مباشرة وعدم التأخير في ذلك خاصة عندما نعده بالمكافأة .

– تجنب اللجوء إلى العقاب اللفظي أو البدني كوسيلة لتعديل سلوك العناد عند الطفل.

– يجب متابعة الطفل بأسلوب لطيف وبعيداً عن السيطرة ، وسؤاله عما إذا نفذ الأمر أم لا، كمتابعته عند أداء الواجبات المدرسية .

– اعتبار التكليفات المعطاة له نوعاً من تحمل المسئولية حيث أنه إذا لم ينجزها يتم حرمانه من معزز محبب له .

– شرح مفهوم طاعة الوالدين من منظور ديني.

– إهمال سلوك الطفل في بعض الأحيان التي يعاد فيها سلوك العناد والتظاهر بعدم الاكتراث بالسلوك ، ما دام ذلك لا يشكل خطراً على أحد.

– ضرب نماذج وقصص مسلية لأطفال أو أناس مطيعين وقد أخذوا حظهم نتيجة طاعتهم .

– عدم الرضوخ لمطالب الطفل عندما يصمم عليها وأن يكون لتلبية هذه المطالب ضوابط وقواعد .

تعويد الطفل على تحقيق حاجاته بطلبها شفهياً والحوار من أجل الوصول لها ، دون اللجوء إلى العناد أو البكاء والغضب

10– تعويد الطفل على تحقيق حاجاته بطلبها شفهياً والحوار من أجل الوصول لها ، دون اللجوء إلى العناد أو البكاء والغضب:

1– نمتنع عن الإفراط في إصدارالأوامرفي نفس الوقت ، خاصة عندما تكون فوق طاقة الطفل (نطلب المساعدة منه بين الحين والاخر).

2- لا ننهي عن أمرإلا عند الضرورة, نشرح سبب الأمر أو النهي الموجه إليه وتحويل طاقته من العمل غير المرغوب فيه الي عمل اخر بناء ((عندما يكون للولد الحق بأن يقوم بتسع أشياء من أصل عشرة فهو يقبل عادة دون احتجاج الممنوع الوحيد))

3- نعتبر إمكانيات الولد وفقا لمرحلة عمره, ألا نطلب منه الالتزام بسلوك سن الرابعة وهو في الثالثة.

4- نتلافي المواجهه إلاعند الاقتضاء: تركه يأكل ما يريد- يرتب حجرته – يبكي لرغبة.

5- نتحاشي إصدار الأوامر الجامدة بل مرونة: متي يناسبك النزول لشراء احتياجات المنزل؟.

6- نسمح للولد بالاستفادة من أخطائه (نبكر في إعطائه مصروف خاص ونترك له الحرية وننصحه وإذا أخطأ لا نشمت فيه)

7- نمارس سلطتنا الوالدية في منظار حواري عن طريق :

- وضع أنفسنا في موضع الولد وأحيانا نطلب منه ان يضع نفسه مكاننا ماذا يفعل ليكون كلانا راضيا؟.
- مراعاة الوتيره الخاصة بالولد: نعطيه وقت يخلص لعبه قبل ما ياكل 5 ق مثلا.
- تحاشي ما ينم عن العنف والقهر في نبرتنا وملامحنا مع عدم حرمانه من التعبير عن مشاعره السلبيه.
- معامله الولد باحترام عن طريق:

لانتذرع بالسلطة لاتخاذ الولد مطية لماربنا الذاتية ونجتهد في إجراء تعديل لصالح الولد في ميزان القوي بيننا وبينه (يتخذ قراره بنفسه, نسمع رأيه في مشاريع الوالدين, منحه مجال خاص في البيت واعط تعليمات إيجابية له بأن تقول له افعل و ليس لا تفعل كذا).

لا يمكن اعتبار الولد وسيلة ب: اتخاذه فرصة لإشعار الوالدين بأنهم مهمون أو واسطة لممارسة السطوة علي الأضعف أو وسيلة لتحقيق ما كان الأهل يرغبونه لأنفسهم أو وسيلة للخلاف الزوجي بين الوالدين مع اعتبار الولد لذاته غاية.

المساعدة والحب وقضاء وقت معه وتبادل المشاعر والسماع له, الأكل معا ولووجبة واحدة يوميا- الصلاة معا- حضور اجتماعات المدرسة

- تفهم عصبيه الولد متي وكيف ولماذا تظهر عصبيته عن طريق: خلق جو هادئ – نلطف من سلطتنا عليه – لا نقابل عصبيته بعصبية مماثلة- نعبرللولد عن تفهمنا لهياجه ونسمح له بالتعبير عن مشاعره العدائية وتصدينا غير العنيف لكل اعتداء فعلي ونساعده علي الانتقال من التعبير الجسدي عن غضبه الي التعبير الكلامي(من 3-6 سنوات) ونعطيه فرصة للتنفيس عن عصبيته (في ألعاب القتال).

(بكاء طفل شهرين يبدو مختلفا عن سلوك طفل 18 شهر لكن ممكن السبب واحد وهو الخوف مثلا)

8-"النظام هو تعليم الطفل الفرق بين الصواب والخطأ وعواقب تصرفهم فى محيط امن لنموهم":

1-يبدأ عندما يحبو الطفل ويعرض نفسه للخطر بأن يسمع منا كلمة لا وإبعاده مع إبعاد الخطر عنه وليس الصراخ

2-العواقب:عندما يبدأ طفلك فى قذف الأشياء حتى تحضرها له دعها على الأرض حتى يتعلم ألا يقذف الأشياء ثانية, وعندما لا يضع لعبه فى مكانها وتتكسر لا تحضرغيرها حتى يتعلم المحافظة على النظام, وإذا ضرب أصدقاءه وأخذ لعبهم فإنك تحرمه من اللعب معهم وتعيده للمنزل

3-العزل: يكون خارج حجرة الطفل ولو فى جانب من المنزل حتى ينعزل وقبلها اعط إنذار لتصحيح التصرف ثم خذ طفلك من يده لمكان العزل بهدوء , وعندما يصل الطفل لسن المدرسة بدلا من عزل الطفل فإننا نبعد لعبته المحببة أوتليفونه عنه لمدة تتناسب مع سوء تصرفه ساعة أو يوم

4- مكافأة على مشاركته الاخرين أو بداية الواجـــب بـــدون أن نـــذكره بـــه كالمعتاد, وابحث عن مواقف تستحسنه فيها ليحاول أن يبذل مجهود أكبر بعد ذلك ليسمع تشجيعك (المديح يوجه نحو إنجازاته ومجهوداته وليس لشخصيته ونفسيته).

11- مايفيد الطفل فى تطوره:

(1)المساعدة والحب وقضاء وقت معه وتبادل المشاعر والسماع له, الأكل معا ولووجبة واحدة يوميا- الصلاة معا- حضور اجتماعات المدرسة

إن كنت من الآباء الذين لا يلعبون مع أولادهم فمن الطبيعي أن يشكو طفلك من الملل ويبدأ في التخريب

(2)تقديره بأن ندعه يساعد الاخرين

(3)القواعد محددة ووجود قدوة أمامه

(4)الاستفاده من الوقت (هوايات- تعلم)

(5)الالتزام بالتعلم وتقدير العلم (يجب ان يتعلم الطفل القراءة للمتعة ثم للمذاكرة) منذ وقت قدرته على الفرجة على الكتب المصورة

(6)تعلم القيم (الأمانه,المسئولية,الحلال والحرام) باتخاذ الأهل قدوة وتطبيقها

(7)القدرة على الاختيار وتحمل عواقبه,القدرة على عمل أصدقاء, حل المشاكل,استخدام مواهبهم وإيجاد معنى لحياتهم فيشعرون بالسيطرة على حياتهم

(8) **لاحظي قلقك** :هل يؤدى لإلحاحك وطلب الكثيرمن طفلك؟

هل يؤدى إحباطك لصراخك ومعاقبة طفلك؟

هل يأسك يؤدى لمشاكل زوجية لإيمانك أن زوجك لايقوم باللازم لمساعدة الطفل؟

هل خوفك من ضعف مستوى طفلك يؤدى لمحاولاتك لتغييره وتحفيزه؟

كيف تساعد ليكتشف طفلك ما يحفزه ؟ ما يريده؟ هواياته؟ طموحه؟ :

1-تحكم فى قلقك لأنه يؤدى لأن يعند معك بدلا من التركيز فى تصرفاته

2-لا تسيطر عليه بل كن قدوة مؤثرة

3-دع طفلك يتخذ قراراته ويواجه عواقبها

4-اسأله هذه الأسئلة أيضا واسمع له واحترم إجاباته لو لم تعجبك واستكشف المناطق الصعبة التى يقف أمامها وعندما يبذل مجهودا فى شئ نحتفل معه.

12- لتشجيعه علي اللعب بمفرده:

ربما يكون من الصعب أن يجد طفلك رفيق يشاركه اللعب بشكل يومي ... وإن كنت من الآباء الذين لا يلعبون مع أولادهم فمن الطبيعي أن يشكو طفلك من الملل ويبدأ في التخريب. حقاً أنه لأمر مفيد أن تشغل كل وقتك وألا يضيع شيء منه هباءً أو يتخلله الملل.

لهذا نقدم إليك عدداً من النصائح والأفكار التي تساعد طفلك على أن يهنأ بلعب مستقل دون ملل:

أن تكون غرفة الأطفال جاهزة للعب والأنشطة فمن الأفضل أن تحوي أركان غرفة الطفل على أرفف بها كتب تتناسب مع فئته العمرية بالإضافة لتوفير العديد من العرائس وأكياس القماش

1-هيء الأوضاع للعب

يجب أن تكون غرفة الأطفال جاهزة للعب والأنشطة فمن الأفضل أن تحوي أركان غرفة الطفل على أرفف بها كتب تتناسب مع فئته العمرية بالإضافة لتوفير العديد من العرائس وأكياس القماش

جهز مساحة أخرى تبدو وكأنها مطبخ يشبه مطبخك يلعب فيها طفلك وتحوي ما يشبه الموقد والحوض وثلاجة ومنضدة

ابدأ في تجهيز المكان بينما طفلك نائم وعندما يستيقظ ويفاجأ بالوضع الجديد من حوله فقد يمثل ذلك حافزاً كبيراً ليندمج في تلك الألعاب ... فقط اجعل من شكل الألعاب عامل جذب له.

2-اجعل الألعاب وأدوات الرسم في متناول يده

الألعاب البعيدة عن عين طفلك بعيدة أيضا عن عقله واهتمامه. اختر سلة تخزين من البلاستيك وضع الألعاب فيها. احرص على أن تكون السلة ذات جدار شفاف يمكن طفلك من رؤية ما بداخلها دون الحاجة لإخراج كل ما فيها ... وفر له الأدوات الأساسية للرسم كالأوراق والطباشير الملون والطمي والصلصال والألوان المائية والفرش

3-ضع كل نوع من الألعاب في وعاء مستقل

إن كنت تملك عدة سلال فمن الأفضل أن تضع في إحداها الكرات وفي الأخرى الملابس التنكرية وفي ثالثة المكعبات وهكذا

إن كان المتوفر لديك صندوق واحد كبير للألعاب فيمكنك أن تقسم الصندوق الكبير لعدة أقسام بواسطة وضع قوائم وفواصل بحيث تضع في كل حيز منفصل نوع واحد من الألعاب, هذا لأن تخزين مجموعة كبيرة من الألعاب داخل صندوق كبير فغالباً طفلك لن يستخدم الألعاب التي أصبحت في قاع الصندوق لغيابها عن مجال رؤيته ومن ثم اهتمامه فتضيع.

4-اجعل مكاناً مخصصاً للألعاب المخزنة والتي لن تستخدم في الوقت الحالي, واجمع فيه الألعاب التي سيتم الاستغناء عنها مؤقتاً بصورة منظمة

5-ابدأ بتوفير وتجميع الألعاب السهلة على طفلك, وإن كنت تعلم أن طفلك

الأطفال المتبنون (المكفولون بدور رعاية) لديهم أعراض:الاندفاع-الحركة الزائدة-العناد-كسر القواعد وتعتبر طبيعية مع صعوبة التكيف في البداية

يفضل ألعابا معينة فابدأ بجمعها سوياً ثم الألعاب الأصعب قليلاً في لعبها ثم الأصعب وهكذا

ولا يفوتك أن تكون من مشجعيه أثناء لعبه ليشعر بالإنجاز والتقدم

ابدأ معه بالمكعبات أو البازل ثم اتركه لوقت قصير للمطبخ أو لم الغسيل وعد له مشجعا "أنت زودت 4 مكعبات شاطر" ثم تتركه لفترات أطول

6-وفر لطفلك الألعاب التي تشبه ما تقوم أنت به؛ فإن كنت ممن يجلس لفترات على جهاز الكمبيوتر فاحضر لها لعبة على شكل جهاز كمبيوتر أو كنت ممن تقضين وقتا كبير في المطبخ فاعط له لعبة على شكل حلة أوطاسة وعدد من المعالق وقليل من المياه أو يغسل أطباق في الحوض فاللعب بأدوات مشابهة يشعره وكأنه يشاركك عملك

7-اجعل وقتا خاصاً للعب المستقل يوميا فمن الملحوظ أن الأطفال يتمتعون أكثر باللعب المستقل حين يعلمون مسبقاً بأن ذلك "وقت اللعب"وكم سيطول.

8-وفر لطفلك الألعاب التي تصلح لاستخدامها دون كثير من القيود بدلاً من الألعاب محدودة الاستخدام . على سبيل المثال ألعاب العرائس بالملابس والمكعبات وأدوات الرسم ولعبة أدوات المطبخ تمنح طفلك كثير من حرية اللعب.

9-اسأل طفلك عن خطة لعبه

اسأل طفلك عما سيلعب به أولاً لأن ذلك سيسهل عليه الاختيار والبدأ سريعاً بعد الإجابة عن سؤالك دون حيرة بين هذا وذاك وضياع الوقت في اختيار

10-احتفظ بجزء من الألعاب في دولاب وقم بالتبديل بين الألعاب المتوفرة للعب وبين تلك المحفوظة وبعيدة عن متناول اليد فعندما يمتلك طفلك الكثير والكثير من الألعاب التي تتواجد كلها تحت مرئى عينه فإن تلك الألعاب تفقد جاذبيتها تدريجياً بالنسبة لطفلك

لذا قم بحفظ نصف الألعاب بعيداً عن مجال رؤية طفلك فمع عدد أقل من اللعب فإن طفلك سيلعب لفترة أطول وباندماج أكثر عمقاً وهذا سيغنيك عن شراء ألعاب جديدة على فترات متقاربة و نبدل بينهم شهريا علي أنها لعب جديدة.

السلوك العدواني للطِّفل اكتسبه من البيئة التي يعيش فيها واستعملها كنَوعٍ من الحماية الذاتية، وتطورت لتصبحَ وسيلةً لحل المواقف الصعبة التي يواجهها الطفل؛ لذلك فهو يفتقر لوسائل الاتِّصال الاجتماعيَّة السليمة التي تُؤمِّن له احتياجاتِه دون اللجوء إلى إيذاء الآخرين

11-احذر أن يقضي الوقت المخصص للعب عند الشاشات بأنواعها؛ شاشة التلفزيون-شاشة الكمبوتر واللاب توب- شاشة الآي باد والأجهزة اللوحية-شاشة الهواتف المحمولة.

اجعل وقتا خاصاً لمشاهدة التلفزيون أو استخدام تلك الأجهزة غير وقت اللعب ليتعلم اللعب المستقل.

12-امنح طفلك المزيد من الوقت إن رأيت أن الأمر يصعب عليه . إن منحته وقتاً أطول فإن ذلك يعطيه فرصه أكبر لمزيد من الممارسة ومن ثم تنمية مهاراته.

7-كيف تتعامل بهدوء فى المنزل؟

عندما يغضب طفلك تنشغل بالتحكم فى الطفل بدلا من الهدوء والتفكير فى الحل والتحكم فى قلقك أنت من عدم التحكم في الموقف, فتريد من الطفل ان يتغير كى تشعرأنت بالتحسن بينما في الحقيقة عندما تهدأ يهدأ طفلك بالمثل:

1-ذكر نفسك بأن تسيطر على الموقف, حاول معرفة ما يثيرك هل أن طفلك يتجاهلك أم طريقة كلامه؟

2-توقع أن يثيرك طفلك وأنك ستشعر أنه سيظل هكذا وسيصبح فاشلا مما يثبت أنك فاشل فتقلق وتغضب, اعلم أن طفلك لا يستطيع حل مشاكله وعليك ان تهدأ لتساعده

3-ادرك ما أنت لست مسئولا عنه (اعرف أجندتك وأجندة طفلك) مثل إيقاظه فى الميعاد-عمل الواجب-أن يسمعك, لكنك مسئول عما تفعله لو رفض سماعك ومسئول عن توجيهه لحل المشاكل وليس حلها عنه

4-استعد للساعة التى يتعصب فيها أفراد الأسرة

مثل ساعة العودة من المدرسة أوعند اضطراب نومه الليلة السابقة وتجنب الحوار فيها أواذهب لحجرة أخرى ولا تتفاعل مع الموقف.

5-استعيد تجارب ناجحة سابقة

6-خذ نفسا عميقا عندما تشعر بأنك بدأت تتعصب أو قل لنفسك توقف أو تذكر مشهدا جميلا مع الاستمرار فى قواعد المنزل وعواقب لكل تصرف سيئ

يشعر بعض الأطفال بالغَيْرة من نجاح أحد الأطفال وضعف الثقة بالنفس، فيبدو عليهم تصرفات عدوانية نحوه تظهر على شكل مشاجرة أو إلقاء الشتائم

واحترام الطفل (مثلا عندما يضرب أخاه لا يلعب كمبيوتر حتى يكتب لأخيه اعتذارا فيه ماذا سيفعل عندما يغضب منه ثانية).

7-دع طفلك يتحمل مسئولية عدم مذاكرته وأخطائه وعندما يفشل نسأله :

1- ماهو دورك فى الفشل أوالعقاب ؟ ونحدد له تقصيره فى واجبه وإلقائه اللوم على الآخرين.

2- ما الذى تعلمته من هذا الموقف؟ لا تتحمل المسئولية أو الواجب عن ابنك حتى لا يشعر بالإحراج أوالغضب فيجب أن يتعلم كيف يتعامل مع الإحباط ويتحمل الوقوف فى الصف.

3-ما الذى ستفعله مختلفا المرة القادمة حتى لا تشعر بالضيق؟

عندما يُعاقَب الطِّفلُ بقوة، ويُستخدم الضرب والتوبيخ المحرج، فإنَّه يؤدي بالطفل إلى الشُّعور بالظُّلم، وتكون ردود أفعاله عدوانية تُجاه أفراد أصغر منه، أو أضعف منه، وتُصبِح هذه التصرفات العدوانية عادة رسخت

GOOD MOTHER MESSAGES (Earliest Childhood Messages)

1. I love you.
9. You don’t have to be alone anymore.
2. I want you.
10. You can trust me.
3. You are special to me.
11. You can trust your inner voice.
4. I see you and I hear you.
12. Sometimes I will tell you “no” and
5. It is not what you do but who you are that I love.
6. I love you, and I give you permission to be
13. You don’t have to be afraid anymore.

different from me.

14. My love will make you well.
7. I’ll take care of you.
15. I welcome and cherish your love.
8. I’ll be there for you; I will be there for you even

when you are sick.

GOOD FATHER MESSAGES ("Out in the World" Messages)

1. I can set limits, and I am willing to enforce them.
5. I give you permission to be the same as I,
2. If you fall down I will pick you up.
3. I am proud of you.
6. You are beautiful (handsome).
4. I have confidence in you, I am sure you will succeed.
7. I give you permission to love and enjoy with a partner of your

8 – نصائح لزوج الأم في التعامل مع أبنائها

–إذا كان الأطفال أقل من 10 سنوات يتقبلون الأمر أسهل ويحاولون جذب اهتمام زوج أمهم.

–من 10-14س :الأصعب فى التقبل ويقابلون بحساسية محاولاته لإرساء القواعد و يتأثرون بتلميحات زملائهم.

–أكبر من 15س: يظهرون عدم اهتمامهم بالأمر رغم احتياجهم للمساندة والاهتمام والأمان.

1- اجعل الأم هى التى تعاقب وأيدها فى رأيها ولاتقم به أنت إلا بعد سنتين من وجودك بالعائلة.

2- لا تحاول أن تعامله بطريقة أفضل من أمه ولا أن تكون ديكتاتورا بل حافظ على إقامة علاقة مع الطفل فقط (حاول معرفة اهتماماته وحاول أن تشاركه فيها).

3-لا تلق عليه محاضرة (نصيحة أوإلحاح), لاتكذب عليه

4- حافظ على وقت يكون الطفل مع أمه فقط بدونك.

5- تصرف بطريقة لطيفة حتى لو لم تكن تحب الطفل, ركز على شئ إيجابى فى الطفل بدلا من الشكوى منه.

6-استمع له وحاول تفهم افكاره ومشاعره بحوار مفتوح.

عندما تختلف معه لا تنقده وانما ابدأ بجمل عامة (هذا السلوك يؤدى لمشاكل بدلا من أنت دائما مشاكس)

لا يمكنك السيطرة على تصرفات الطفل لكنك بالتأكيد يمكنك السيطرة على ردود أفعالك تجاه هذه التصرفات"

7-وصل له احترامك (احترم خصوصيته-طباعه وأفكاره بالسماع له), وحبك باهتمامك وابتسامتك ونظرتك للطفل ولهجة حديثك أثناء وقت اجتماعكم على الغذاء,<< ودع التقارب الجسدى لزوجتك تقوم به>>,وكذلك أهدافك (تعليمه قيم العائلة-نظام المنزل وواجباته وطريقة المشاركة معا) وذلك ب:

دافع عن حقوقك واحترامك- شارك زوجتك فى تنفيذ القواعد (ما هو مسموح وغير مسموح به)-الإصرار وإظهار قوة التفاهم مع زوجتك.

8- السماح له بوقت مع أبيه

ملحوظة

-الأطفال المتبنون (المكفولون بدور رعاية) لديهم أعراض:الاندفاع-الحركة الزائدة-العناد-كسر القواعد وتعتبر طبيعية مع صعوبة التكيف في البداية—(الطفل يدرك معنى التبنى عند 6 سنوات).

-لعلاج مشكلات العدوان بين الأطفال المتأخرين:

- بتدعيم الطفل عندما يقوم بسلوك صحى مخالف لشكواه

-الإبعاد المؤقت

- تجاهل الموقف وساعد المعتدى أن يشارك فى إصلاح الضرر أو وجهــه لنشاط آخر.

الفصـــــــل الثانـــــي: أنـــــواع المشاكـــــل السلوكيـــــة

1- عنف الأطفال فى المنزل والمدرسة

سن الطفل عامل مهم فى فهم العنف:

من18ش- سنتين هو طريقة التعبير الوحيدة عن الاحتياج -

-من 3-6س معناه أنهم لم يتعلموا طريقة اخرى للتعبير عن الموقف الصعب (الدفاع عن النفس- وجود فوضى- إحباط, غضب أو إرهاق-عدم التعود على نظام, عدم وجود رقابة- عدم التطور اللغوى والتقليد).

وتدل الدراسات على أن الأطفال يبدأون إظهار عدوانهم أولا تجاه الأشياء قبل أن يتجه تجاه الأشخاص في السن من 2-4 عاما وبعد الرابعة يميل معظم الأطفال استخدام العدواني اللفظي أكثر من العدوان الفيزيقي بمعنى إيذاء شعور بعض الأشخاص ومن سن السادسة أو السابعة، يحول الأطفال طاقاتهم نحو المباريات والمنافسات والرياضة.وثورات العدوان يبدو أن الطفل يزداد تحكمه فيها كلما تقدم في السن

تشكو كثير من الأمهات من تصرفات أطفالهن العنيفة والعدوانية خاصة الذكور، الذين تتراوح أعمارهم ما بين الرابعة إلى الثامنة

السلوك العدواني للطِّفل اكتسبه من البيئة التي يعيش فيها واستعملها كنَوع من الحماية الذاتية، وتطورت لتصبحَ وسيلةً لحل المواقف الصعبة التي يواجهها الطفل؛ لذلك فهو يفتقر لوسائل الاتِّصال الاجتماعيَّة السليمة التي تُؤمِّن له احتياجاتِه دون اللجوء إلى إيذاء الآخرين.

ليس دائما يسلك أطفالنا نفسسلوكياتنا..إلا انهم يحتفظون بالقيمة داخلهم أي أنه يظل في داخلهم كيف يمكن أن يكون التصرف الصحيح إذا كنت أنت تفعل ما تقول

كيف يبدو الطفل العنيف؟

يتَّسِم بكثرةِ الحركة، واستفزاز الآخرين والعناد، الغضب والعصبية،لا يحب التعاون أو المشاركة، ويبدو أنانيًّا لديه السيطرة, الرغبة في التفوق على الآخرين أوإلقاء الشتائم أوالصراخ، قذف الأشياء والتخريب.

* أنواع العراك :

1-التصرف المعارض ناحية كل شئ فبالتالى لا يعرفون لماذا يتعاركون والضرب أوالسلبي بالعناد أوغير المباشرعن طريق دفع شخص اخر.

2- النوبات الاندفاعية وخصوصا الشتائم (أيضا نعلمهم ماذايعملون فى المرة القادمة بطريقة مختلفة).

3- التصرف الغاضب.

ربما يستمر الطفل في عناده ،يظل عليك التأكيد أن لكل فعل عواقب قد لا ترضيه وأن الاستمرار أو التوقف عن سلوك معين هو أمر يرجع له تماما.

هناك أسباب كثيرة ومتداخلة، تؤدِّي بالطِّفل لأن يتصرف بعنف مع مزاج سيئ، ومن هذه الأسباب ما يلي:

1- الرغبة في التخلص من ضغوط الكبار:

التي تمنعه وتقف عائقًا نحو تحقيق رغباته، وهذه التصرفات العدوانية التي تبدو من الطِّفل تعتبر ردود أفعال لهذه الضغوط والتوتر

-عوامل فسيولوجية: عندما تطلب الأم بعضَ الأعمال من الطفل، وتلح في تنفيذها، وتَزيد هذه الأعمال عن طاقة الطفل، كأن تطلبَ منه أن يقوم بأداء واجباته، ثم يقرأ، ثم يشاهد برنامجًا اختارتْه هي، ثم تطلب منه أن يساعدَ أختَه وهكذا, أو تغير جسمه هرمونيا.

-عوامل اجتماعية: اضطراب الجو العاطفي في الأسرة في أول 4 سنين من حياة الطفل أوالطلاق-عدم ثبات ارتباطه بشخص بالغ-نقص إشراف الوالدين علي الطفل-غياب القدوة- تغييرالسكن أو دخول المدرسة, أيضا التوحد مع شخص عدواني أو مدمن يعايشه سواء بالغا أو طفلا أكبر منه.

-عوامل نفسية: اضطراب علاقة الطفل بالأم-نقص مستوي الذكاء- سيطرة شخصية الأم أو غياب الأب في تربية الأطفال فيصبح السلوك الحسن نمطا أنثويا من رؤية الطفل-الشعور بالذنب والحاجة اللاشعورية للعقاب.

2- التدليل الزائد:

الحمايةِ الزائدة إلى جانبِ تحقيق جميع رغباته وإذا رُفِض له طلب، فإنه غالبًا ما يقابل ذلك بتصرفات هائجة، تتمثَّل في الصراخ والتدحرج على الأرض. التهاون من الوالدين أو تسامحهم إزاء سلوكه العدواني يجعله يفهم أن هذا شئ مقبول أخلاقيا

3- التقليد:

إذا كان أحد أفراد الأسرة عصبيا فإن ذلك ينعكس على تصرفات الطفل وخاصة إذا كان أحد الوالدَين, إلى جانب ما يُشاهده الطفل يوميا من نماذج في الصور المتحركة،التي تتَّصف بأعمال العُنف وغالبًا ما يُحاكي الأطفال الشخصيات السلبية في تصرفاتهم العدوانية.

4- الغَيْرة:

يشعر بعض الأطفال بالغَيْرة من نجاح أحد الأطفال وضعف الثقة بالنفس، فيبدوعليهم تصرفات عدوانية نحوه تظهرعلى شكل مشاجرة أوإلقاء الشتائم.

5- رغبة الطفل في جذب الانتباه:

نجد أن بعض الأطفال يحاولون جَذْب انتباه والديهم لهم، وذلك باستخدام القوة والعنف تجاهَ الآخرين، وخاصة نحو الإخوة. على الأمِ أن تتجاهل التصرفات العدوانية، وعدم الاكتراث بها،توجيه الطفل لممارسة ألوان مختلفة من اللَّعِب والأنشطة الرياضيَّة.

6- تراكم مواقف الإحباط:

مثل تَكْرار السَّنَة الدراسية، أو مَنْع الطفل من أداء نشاطات محببة، فإن ذلك يؤدي إلى إظهار سلوكيات عدوانية، مثل ضَرب الإخوةِ الأصغر منه، أو زملاء المدرسة، أو الجيران,أو قد يكون بحثا عن الحماية للنفس النابع من الشعور بعدم الأمان والعدوان أو ضغط من أصحابه.

المدح المباشر و النقد وجهان لعملة واحدة

إن سلوكه التخريبي يعود لعدم التفريغ للطاقة الموجودة لديه، وعدم الاشباع لميول اللعب واللهو

7- العقاب الجسدي:

عندما يُعاقَب الطِّفلُ بقوة، ويُستخدم الضرب والتوبيخ المحرج، فإنَّه يؤدي بالطفل إلى الشُّعور بالظُّلم، وتكون ردود أفعاله عدوانية تُجاه أفراد أصغر منه، أو أضعف منه، وتُصبِح هذه التصرفات العدوانية عادة رسخت (العقاب الجسماني للطفل يجعله يفهم أن العدوان شئ مباح من القوي للضعيف).

8-وراثة

للتعامل:

أولاً: يجب أن تكونَ الأم مثالاً جيِّدا للطفل بالحد مِن المشاجرات العائلية، وعدم التساهل، وفي الوقت نفسه عدم استخدامِ العقاب البدني؛ لوقفِ السلوك العدواني، بل يجب أن يَحل أسلوب الحواروالمفاوضات بدلاً مِن العقاب, فتصرفات الطفل العدوانية تُعتبر ردود أفعال (يستطيع الأطفال أن يتَّخذوا من الكِبار قُدوة لهم في تعلُّم ضبْط الغضب، وذلك عندما يرى الطفل والدتَه تتحدَّث إليه بصوت منخفض، وتلتزم الهدوءَ في تعاملها معه، ولا تعتمد أسلوبَ الصراخ والتوبيخ؛ للحد من العدوانية

-أن تحرص الأم على جذب انتباه الطفل كأن تقدم له شيئاً يحبه مثل لعبة صغيرة أو قطعة حلوى ، ثم تعطيه الأوامر بأسلوب لطيف).

ثانيا:يجب معرفة الأسباب لملاحظتها عند حدوثها ومعرفة متى وأين ومع من يحدث العنف ولماذا ؟ مع اللعب أوالأصدقاء؟

ملاحظة الموقف هام جدا وطريقته فى العنف هل يضرب أم يشتم أو لا, عند معرفة ملابسات العنف جيدا يبدأ التدخل فور حدوث العنف:

1-ابعده عن الموقف,اعط انتباهك للضحية, *تجاهله* (تحدث معه بعد انتهاء الموقف) واذا لم تستطيع إبعاده ابتعد مع الضحية واحرص على أن يكون صوتك منخفضا (لا تصرخ أو تغضب)

2- للطفل حتى سنتين اعلمه بهدوء أن العنف ممنوع وله عواقبه مثل العزل وللآكبر حرمان من اللعب أو التلفزيون, للطفل أكبر من 3س تحدث اليه عن الغضب كمشاعر وكيف يهدئ نفسه بترك المكان أو يعد ل10 أو نفس عميق أو يكرر لنفسه أنا غاضب الان وبذلك يتشتت غضبه.

ممارسة التخريب من قبل الطفل تحدث لديه شعور باللذة والانتصار والنشوة كونه حقق ذاته من خلال ممارسة الانتقام من اللذين يمارسون عليه الظلم والمهانة

-راجع معه قبل أى موقف ما الذى سيحدث لو لم يتحكم فى غضبه مثل: إذا تشاجرت فى الحديقة سنعود للمنزل ونرجع الأسبوع التالى.

مع تعليمه أنه عند الاختلاف يقول لا لأصحابه بدل الضرب أو يقول توقف أو يقول أنا لا أحب ذلك, واجعله يحفظهم ويقولهم قبل كل موقف, لاحظه عندما يكون جائعا أو مرهقا أو منفعلا أوعندما يحبط من لعبة معينة أو طفل معين واستعد.

3-كافئه عندما يهدأ وعندما لا يلجأ للعنف عند الخلاف.

2-السلوكيات المنحرفة لدى الاطفال

الأعراض المبكرة للانحراف السلوكي Early Signs of delinquent behavior:

الانحراف السلوكي هو مفهوم مستخدم لوصف حالات ارتكاب جرائم،وانتهاك لحقوق الاخرين وهذه بعض العلامات المبكرة التي تشير الى هذه الانحرافات:

-العنف والعدوانية الجسدية

-تدمير ممتلكات الاخرين،والاستيلاء على أملاك وأشياء الغير دون الأخذ في الاعتبار تأثير هذا الفعل عليهم

-عدوانية وقسوة على الحيوانات

-تهديد وترويع للاخرين

لكن يجب ان تتذكرأن الكثير من الأطفال يحاولون دائما اختبار الحدود المسموحة لهم ولك, ربما يقودهم ذلك الى ارتكاب بعض التجاوزات

والحوادث المتفرقة والتى يجب التعامل معها بأسلوب رادع مؤثر, وصحيح أن المختصين بعلاج هذه السلوكيات يوالونها اهتماما أكبرعندما يصاحبها استمرار نوع من عدم الاكتراث أوالتعاطف وربما لامبالاة بحقوق الاخرين

كيفية التعامل مع الانحرافات السلوكية للطفل*

من الأمور المهمة التي نريد ان يتعلمها الاباء أنه"أنت كأب أو أم لا يمكنك السيطرة على تصرفات الطفل لكنك بالتأكيد يمكنك السيطرة على ردود أفعالك تجاه هذه التصرفات"

لا تستخدم كلمة لكن فبدلا من استخدام الجمل السلبية نستخدم جمل مشجعة فنقول له لقد قام صديقك بالسخرية منك وأنت شتمته فما الذى كنت تريد تحقيقه بهذا التصرف؟

لست مسئولا عن جميع اختيارات أو قرارات طفلك ولن تستطيع التواجد معه بصفة مستمرة للتأكد أنه يتصرف دوما بشكل سليم

عندما يبدأ طفلك في الخروج من المنزل بشكل يومي ,هو يتخذ قراراته من خلال قدراته في الحكم على الأمور(يفعل هذا التصرف أو لا يفعل) و

دورك كولى أمر أن تجعله يشعر بمسئولية تجاه سوء تصرفه

في حالة انغماس طفلك في بعض من هذه السلوكيات المنحرفة أو ظهور بعض العلامات المبكرة التي تدل على ذلك هناك أربعة خطوات أساسية يجب عليك كولي أمر القيام بها:

اجعل طفلك مسئولا عن تصرفاته1-

لا بد من التأكيدعلى أهمية جعل طفلك مسئولا عن تصرفاته وهذا يعني أن يكون مسئولا مسئولية كاملة تشمل مسئوليته القانونية والجنائية عن نتائج وتبعيات أفعاله

من الطبيعي أن يحاول كل أب أو أم حماية طفله..لا أحد يحب أن يرى ابنه أو ابنته تحت طائلة المساءلة الجنائية أو العقاب ولكن الحماية المستمرة عادة ما تؤدي إلى عواقب سيئة وتعزيز لهذا السلوك السلبي

يجب التأكيد على ألا نجعل انسياقنا لمشاعرنا وسيلة لإفساد سلوكيات أطفالنا

2- نفذ ما تقوله

تكلم عن المبادئ والقيم داخل عائلتك ودع أطفالك يرون مبادئك في تصرفاتك لأن الطفل بالطبيعة يتذكر ما تفعله أكثرمن تذكره لما تقوله

تذكر أنه بتصرفاتك أنت تستطيع إيصال القيمة والمبدأ المطلوب علي أن تكون نموذجا يطبق هذا المبدأ وهذه القيمة (مثال إذا كنت تريده ألا يكذب ..لا تكذب

في حين أنه ليس دائما يسلك أطفالنا نفس سلوكياتنا..إلا انهم يحتفظون بالقيمة داخلهم أي أنه يظل في داخلهم كيف يمكن أن يكون التصرف الصحيح إذا كنت أنت تفعل ما تقول)

عند تكرار نفس التصرف نجعله يكتب عشر بدائل مختلفة يستطيع أن يفعلها فى المرة القادمة وإذا كرره نحرمه من الألعاب

لا تنسى أن طفلك بسلوكه المنحرف يلعب الدور الأكبر,وأنها مسئوليته أن يعدل من سلوكه ,أما دورك كولي أمرهو التأكيد على مبادئك قدر استطاعتك وأن تجعله يتحمل النتائج والعواقب المتوقعة من تصرفاته

اجعل طفلك مسئولا عما يفعل...قدم له المساعدة في حل مشاكله حتى يتعلم أن يتعامل مع المشكلة بشكل مختلف المرات القادمة

التأكيد على أن الفعل يؤدي إلى نتيجة والخطأ يؤدي الى العقاب3-

إن الأطفال الذين يقومون بكسر للقواعد بدون اهتمام بالنتائج عادة ما يتصفون بالصلابة والقسوة

من الممكن أن تسيطر عليك- كولي أمر-فكرة أنه لا فائدة أو أنه لا شئ يمكن أن يؤثر في طفلي

في الحقيقة يمكن للطفل أن يمارس سلوكياته السلبية دون الاهتمام بالعواقب والنتائج لكن لا بد من التأكيد على أن لكل فعل نتيجة معروفة و لكل خطأ عقاب..مثال يمكنك أن تمنع عنه المصروف أو يمكنك حرمانه من شراء شئ يحبه أكل أو ملابس معينة...فهو لن يستطيع إجبارك على الإنفاق...هذا النوع من العقاب أفضل من الحبس حيث أنه يمكن أن يهرب منك

ربما يستمر الطفل في عناده ،يظل عليك التأكيد أن لكل فعل عواقب قد لا ترضيه وأن الاستمرار أو التوقف عن سلوك معين هو أمر يرجع له تماما.....بعض الاطفال يتضايقون بسرعة من النتائج السلبية لتصرفاتهم فيتغيرون بسرعة..لكن البعض الآخر قد يحتاج الى وقت أطول

4- البحث عن شخص يساعدك

لا شك أن إحدى الصعوبات التي قد تواجهها كأب أو أم أن ترى طفلك ينخرط في إحدى السلوكيات الخطيرة وأن تجد نفسك وحيدا في مواجهة هذا الانحراف..ربما تشعر بالحرج أوالخزي والعار ولكن لابد أن تعرف أن الكثير من الآباء واجهوا و مروا بمواقف ومشاكل مماثلة مع أبنائهم واستطاعوا النجاة ...من الضروري ألا تخوض هذه المهمة بمفردك..حاول البحث عن مساعدة من قريب ، صديق ثقة أو من خلال استشاري متخصص

يجب أن نلاحظ التغيير في حياة الطفل مثل انعزاله, بعده عن الأصدقاء وأنشطة المدرسة وأنه يتحدث عن نفسه بصورة سلبية لنشك أنه ضحية لعنف في المدرسة ونتدخل

لماذا يتغير الناس؟

فكر في أي تغيير أحدثته في حياتك مثلا إقلاعك عن التدخين، تغيير وظيفتك ،إنهاء علاقة غير مرغوبة...الخ ، لقد اتخذت قرار التغيير لأنك لم تكن راضيا عن نفسك في شئ معين ولم تكن تشعر بالارتياح لنتائج بعينها

الأطفال أيضا لديهم القدرة على التغيير, فقط هم يفتقدون الدوافع وفي حاجة الى التشجيع..لذا أنت كأب أو أم ربما لا تستطيع التحكم في تصرف طفلك لكنك حتما تستطيع دفعه الى التغيير بجعله غير راضيا عن تصرفه

نؤكد أنه من الصعب علينا أن نراقب أبناءنا وهم يقومون بأفعال نعتبرها اختيارات خاطئة لكننا بالتأكيد لازلنا نحبهم ونستطيع توجيه النصح والإرشاد لهم والأهم أن نجعلهم دائما مسئولين عن أفعالهم ليعلموا أن المجتمع يعتبرهم مسئولين كغيرهم من البالغين ,وهذا أفضل ما يمكن فعله.

يجب أن نشجعهم أن يعبروا عن الغضب أو العنف بطريقة مناسبة بقول" كما يغضب الكبار لا مانع أن يغضب الصغار أيضا" ولكن لا نقول له أنت عصبي عنيد وكن مثالا لمن يغضب ويتحكم بنفسه إذا غضب

3-السلوك التخريبي عند الأطفال

له أسبابه المختلفة والمتنوعة نسطر منها الأسباب التالية:

1- نمو الطفل جسميا مع عدم توفير أي مجال له للتمتع أو اللعب أو اللهو، مما يولد لديه ملل وضيق من وضعه مع الأخذ بعين الاعتبار أن هذا الطفل لديه طاقة ونشاط كبيرين مخزونين ومعطلين، لذا فإن سلوكه التخريبي يعود لعدم التفريغ للطاقة الموجودة لديه، وعدم الاشباع لميول اللعب واللهو .

2- نمو الطفل جسميا بشكل سريع وقوي مع انخفاض في قدراته العقلية وإظهار الذات ورفض نظرة الآخرين له. وليس هذا فقط وإنما ممارسة التخريب من قبل الطفل تحدث لديه شعور باللذة والانتصار والنشوة كونه حقق ذاته من خلال ممارسة الانتقام من اللذين يمارسون عليه الظلم والمهانة، والطفل عندما يمارس التخريب في هذه الحالات فإنه يقوم بها بطريقة لا شعورية. إن الذي يدفع الطفل لممارسة التخريب هو العقل الباطن والألم النفسي المكبوت الذي يعاني منه الطفل وجدانيا

5- وقد يكون السلوك التخريبي من قبل الطفل ناتجا عن سلوك خاطئ نشأ عليه الطفل من تدليل وعدم توجيه وتربية سليمة من قبل والديه في طفولته

المبكرة- ويكون سلوكه التخريبي في هذه الحالة عندما يمنع من ممارسة ما تعود عليه من انفلات وتسيب وتدليل. فالأهل أو المجتمع يطلب منه تغيير سلوكه غير الصحيح القائم على التدليل واللامبالات والتسيب

6- وهناك نوع آخر من التخريب قد يقوم به الطفل، وذلك لشعوره بالاحباط والتخلف الدراسي، ويكون سلوكه التخريبي كنوع من الشعور بالذنب لما هو فيه

إن الطفل في سنه المبكر ليس فقط يكسر ويخرب أو يحطم ويفك أو يشعل نارا، ولكنه يمارس حب الاستطلاع وحب المعرفة للأشياء من خلال اللعب

وقد يرى أمه تشعل الموقد (البوتاجاز) بواسطة الكبريت أو الولاعة، فيحاول استعمالهما، لكنه قد يحرق نفسه، وقد يسبب أضرارا كبيرة لمحتويات المنزل ويؤذي نفسه كثيرا وهو لا يدري، ولكن حب الاستطلاع وحب تقليد الآخرين قد يؤديا بالطفل إلى غيذاء نفسه وإيذاء الآخرين.

استخدام عقوبة لها معنى، أن تكون هادئا وتكتب لستة عقوبات بمنع الأشياء التى تعلم أن طفلك يحبها مثل أن نأخذ منه تليفونه حتى يتوقف عن الشتائم لمدة يوم مع كتابة اعتذار وحلول أخرى ليستخدمها فى المرة القادمة

عند حدوث مشكلة في المدرسة يجب أن نفهم بالضبط ماذا حدث عن طريق أربع خطوات:

1- اعط للطفل مهلة :عندما يعود طفلك للمنزل اعطه خمس دقائق للراحة بأن يتناول غذاءه مثلا ولا تتحدث معه فى لحظتها حتى يهدأ.

2- كن مباشرا : عندما تتحدث معه لاتلومه أو تحاصره بل كن مباشرا وواضحا (لقد تحدثت الى المدرسة اليوم وكلمونى عن مشكلة احكى لى ماذا حدث؟) بدلا ما أن تقول له هل حدث شئ فى المدرسة تريد أن تتحدث عنه؟ حتى تكسب ثقته.

3- استمع لما يقول دعه يحكى القصة أولا ولا تقاطعه أو تقول له ليس هذا ما قالوه فإدراك الطفل يختلف عن إدراك الكبار فعندما تسمع منه القصة كلها ستستطيع أن تصحح له أخطاء الإدراك لديه وشجعه بأن تتنبه إليه عندما يحكى وإذا رفض أن يحكى احرمه من اللعب أو مشاهدة التلفزيون حتى يكون مستعدا لأن يحكى لك ,وعندما ينتهى احكى له عما سمعت من المدرسة وابدأ بالأحداث المشتركة بين قصة المدرسة وقصة ابنك.

4 – لا تستخدم كلمة لكن فبدلا من استخدام الجمل السلبية نستخدم جمل

مشجعة فنقول له لقد قام صديقك بالسخرية منك وأنت شتمته فما الذى كنت تريد تحقيقه بهذا التصرف؟ وذلك حتى نصل الى اللحظة التى توقف عندها ولم يستطع أن يحل المشكلة حتى نتدخل فيها وتعليمه بدائل أخرى.

وعند تكرار نفس التصرف نجعله يكتب عشر بدائل مختلفة يستطيع أن يفعلها فى المرة القادمة وإذا كرره نحرمه من الألعاب.

عندما يتعرض الطفل للضرب فى المدرسة:

1-استمع له بلا انفعال ولا تلومه وشاركه إحساسه وعندما يرد العنف ويعاقب فى المدرسة لا نعاقبه فى المنزل أيضا

2- ساعد طفلك أن يجد شيئا يتميز فيه وشجعه على الرياضة والأصدقاء.

3- تعليم طفلك أنه لا يستطيع السيطرة على تصرفات الاخرين العنيفة معه ولكنه يستطيع السيطرة على رد فعله تجاههم (يبتعد- يتوجه للمدرس-يتجاهل ما يسمعه- يجهز ما سيقوله أو يفعله قبلها- يكون وسط مجموعة و ليس وحيدا), يركز على التغلب على المشكلة وليس الاستسلام, كرر له دائما أنه ليس مسئولا عن المشكلة واستحسنه بطريقة إيجابية غير مباشرة.

يجب أن نلاحظ التغيير فى حياة الطفل مثل انعزاله, بعده عن الأصدقاء وأنشطة المدرسة وأنه يتحدث عن نفسه بصورة سلبية لنشك أنه ضحية لعنف فى المدرسة ونتدخل.

اجعل الطفل يقوم بعمل قائمة بالحلول البديلة عندما يغضب ويختار واحدة ويحاول تنفيذها فىباقى اليوم

4-العنف السلبى(عناد الولد وسلطة الوالدين)

أزمه الثلاث سنين الأولي يسعي الطفل إلي تحديد هويته عبر المخالفة لما يطلب منه oppositional behavior ويطالب بعطف والديه.

أسباب العناد : مرض جسدي(سخونه), ضيق نفسى مثل: شعور الولد بعدم أهميته في نظر الوالدين, شعوره بأنه غير محبوب, قمع رغبته للاستقلال ,امتعاضه من أوامر نفرضهاعليه...

عندما يعاند طفلك عند الاستيقاظ أو الإفطارأو الواجب ولايهتم بصياحك, فإنه يقاومك ليتجنب المسئولية ,هولايستطيع أن يتواصل جيدا أويحل مشاكله المرتبطة بالغضب أوالعصبية فهو يكظم غضبه ويجعلك أنت تفقد أعصابك فتبدأ بالصراخ ويشعر أنه المسيطرعلى الموقف.

وبهذا يجد هؤلاء الأطفال طريقة لتجنب إحساسهم ومواجهة غضبهم فهم لا يتعلمون كيف يتعاملون مع المشاكل والإحباط أو العنف ويستمرون هكذا بدون أن يشعروا,ويقولون أنهم غير متضايقين ولايهتمون حتى نتركهم وحيدين ولانطلب منهم أداء أى واجبات ما ونتوقع منهم أقل من قدرتهم عملا بمبدأ (تعلم اليأس).

يجب أن نشجعهم أن يعبروا عن الغضب أو العنف بطريقة مناسبة بقول" كما يغضب الكبار لا مانع أن يغضب الصغار أيضا" ولكن لا نقول له أنت عصبي عنيد وكن مثالا لمن يغضب ويتحكم بنفسه إذا غضب, فعندما يتأخر فى أداء الواجب, الأفضل أن تجلس معه وتتحدث عما إذا كان لديه مشكلة فى فهمه للموضوع أم أنه يؤخر عمله فقط

الفرق بين الخطأ والاعتقاد الخاطئ أن الخطأ يحدث مرة واحدة فقط بينما الاعتقاد يحدث دائما لأنه طريقة حياة, فعندما يرفض طفلك تحمل المسئولية ويتخذ موقع الضحية وتكون أنت الجانى فإنه يستخدم اعتقادات خاطئة دائما

التسويف و المماطلة

أسبابه:

(1) العمل المطلوب غير ممتع أو صعب لمواجهته أو صعوبة البداية

للتعامل:-محاولة جعله شيقا

-التنافس مع اخرين يقومون بنفس العمل على شكل مباراة

العمل فى هدوء أو صوت خفيف-

-مكافأة بعد الانتهاء

(2) العمل صعب (يحتاج لتدريب أو مساعدة)

للتعامل :- تقسيم المهمه الى أجزاء مستقلة صغيرة سهلة والتأكد من كل جزء عند تحقيقه

(3) صعوبة البداية

اختراع شئ تنفعل معه أسهل من المهام التى تبدأها بنفسك- للتعامل:

-شاركه مع اخرين وساعدهم

حدد ميعاد نهائى للانتهاء-

(4) عدم النظام وتنظيم الخطوات:

للتعامل:- فكر فى المهام وناقشها مع أحد

- حدد المطلوب والمساعدات المطلوبة لتحقيقه

- تحديد ميعاد لنهاية كل جزء وابدأ

ثم نستخدم خطوات التعليم والتدريب للمساعدة عندما يؤجل طفلك واجبه:

1- قسم الواجب الى أجزاء وإذا قسم الواجب إلى جزء صغير فى اليوم الواحد فقل له هذا غير كافى ونعلمه أن يخطط لوقته بمعنى أن نحسب له ما يستطيع أن ينجزه من الواجب ونقيم.

2- تقديم المساعدة فى بداية الواجب فقط ليعتمد علي نفسه و يتعلم الاختيار.

3- تقليل المشتتات بأن تطل عليه أثناء مذاكرته حتى لو كان غاضبا, تقليل وقت التلفزيون, والفرجة معهم.

4- عندما يرفض الأطفال كن حازما" ضع قواعد بأن تجلس مع طفلك وتتحدث اليه وقل له أنه لا يبذل الجهد الكافى وعن عواقب تصرفاته بأنك ستضع خطة زمنية للواجبات وإذا لم ينهى واجباته فى الموعد المحدد فإنك ستحرمه من الكمبيوتر أو استخدام التليفون- أو تقول له إذا لم تنظف حجرتك حتى الساعة كذا لن تستخدم التليفزيون حتى تنتهى وبذلك تكون أعطيت الاختيار(عندما لايرتب طفلك حجرته استدعه لعملها ولا تقم أنت بواجبه, بذلك يتحمل المسئولية ولا يعاقب طول الوقت)- بعمل لستة بمهامه (ترتيب السرير- غسيل أسنانه- الفطار- الحمام) وبجوارها صح وخطأ وتعليقها على الثلاجة حتى يراها (حوالى 12 مهمة),ويأخذ درجة (من10) على كل مهمة ويجب أن يتم (100) لمدة 8أو 10 أيام متتالية وعند تحقيقها ينال مكافأة لعبة أو فسحة

5- المكافأة : عندما ينهى واجباته مبكرا.

6- أن يتحدث عن غضبه وأنه ليس مبررا لعدم أداء المهام وأنك متفهم لمشاعره ولكنه سيعاقب إذا لم ينفذ فى الميعاد ولا تستجيب لوعوده إلا بعد التنفيذ.

7- يجب أن تكون العقوبة ثابتة حتى عندما يقول الأطفال أنهم لايهتمون وذلك عن طريق :

1- استخدام عقوبة لها معنى, أن تكون هادئا وتكتب لستة عقوبات بمنع الأشياء التى تعلم أن طفلك يحبها مثل أن نأخذ منه تليفونه حتى يتوقف عن الشتائم لمدة يوم مع كتابة اعتذار وحلول أخرى ليستخدمها فى المرة القادمة.

2- كن مختصرا واضحا ولاتجادله كثيرا.

تخصيص مصروف له و مراقبة استخدامه للنقود دون أن يشعر مع تشجيعه على أن يتصدق بجزء. ولانطلب منه الاعتراف حتي لا يكذب

3- اجعل الطفل يقوم بعمل قائمة بالحلول البديلة عندما يغضب ويختار واحدة ويحاول تنفيذها فى باقى اليوم.

4- أن يكون توقيت العقوبة محددا بأن ينتهى عندما يقوم بتصرف صحيح ولمدة يوم واحد فقط.

5- أن نسأله عما ينوي فعله كى لايخطئ فى المرة القادمة مع عدم منعه من ممارسة رياضته المفضلة كعقاب.

التسويف فى الفصل : للتعامل المدرسي:

(1)بعد إعطاء التعليمات للكتابة إعطاء مهلة حتى نعد ل60(1ق) وعند انتهائها سأكتب عدد الطلبة الذين لا يزالون يكتبون

(2)وضح الخطوات حيث أن بعض الأطفال لايستطيعون تنظيم أفكارهم

(3)إعطاء كارت به الخطوات للأطفال والتعليم على كل خطوة عند انتهائها

(4)عند إعطائهم الواجب نطلب منهم كتابة الميعاد الذى سيبدأون فيه بجوار كل واجب وثانى يوم نسألهم إذا نفذوا الميعاد

(5)إعطاء أمثلة (كقدوة) ليتعلم الأطفال الأداء مثلهم مع إعطاء فرصة للأطفال لمناقشة المشكلة والحلول وكتابتها

(6)تقسيم المهام الصعبة الطويلة وتعليمهم وضع ميعاد نهائى لكل جزء.

5- فهم التصرفات الاندفاعية

الفرق بين الخطأ والاعتقاد الخاطئ أن الخطأ يحدث مرة واحدة فقط بينما الاعتقاد يحدث دائما لأنه طريقة حياة. فعندما يرفض طفلك تحمل المسؤلية ويتخذ موقع الضحية وتكون أنت الجانى فإنه يستخدم اعتقادات خاطئة دائما. وأسلوب المواجهة التالي (باتفاق الأب والأم علي نظام السماح و المنع ومحاولة تجربته أمام المرأة أولا) يؤدى الى التغيير بدون عنف أوغضب ولكن بطريقة حازمة.

الاعتقادات الخاطئة التى يستخدمها الأطفال وكيف نواجهها:

1- دور الضحية (ليس خطئي):

التى يقولها الطفل بكثرة عندما تكون المهمة صعبة أومملة أوغير منطقية فيري الموقف غير عادل عند المواجهة فيتحول إلى العنف ويهرب من مسئوليته

علمه أنه ليس كافيا رغبتك فىالشئ أن تأخذه بدون إذن ويجب أن يعيده فلا يستفيد من السرقة ويقوم بأى تعويض مثل تنظيف المنزل أيضا

بمعنى أنه لو أن طفلك لم يقم بواجبه فالنتيجة الطبيعية التغيير لكن عندما يرى الموقف غير عادل ويقتنع أنه ضحية لن يتحمل مسؤلية التغيير ولن يتغير.

المواجهة :(عند إهمال الواجب قل: قال لى مدرسك أن واجبك لم يتم وأنت قلت لى أنك أنهيته ما هذا؟ ودعه يرد, سيختار قصة يكون فيها ضحية لأخيه الأصغر مثلا أو أى شئ فترد بكل وضوح أنت طالب, هذه مسئوليتك لو أنك فى حاجة الى المساعدة اسألنى, أنت ضحية لأنك لا تستطيع الاختيار-أو(يبدو أنك تحاول أن تعطينى عذرا أو تلوم مدرسك), لعدم بدء الواجب اسأله هل لديك واجب اليوم واطلب منه أن يذهب لعمله ويخبرك عندما ينتهى بدون أن تتحدث كثيرا دعه فقط يتحرك, لا تصدق أعذاره.

مهما تتكرر السرقة لا نعامله بسوء بل نقنعه أنه يستطيع التغير ونصمم على التعويض لمن سرق منه وإعادته مع البحث عن السبب: فى تفكير خطأ أو احتياج عاطفى أو اندفاع أو عدم الإحساس بالأمان

2- التميز :

مع الطفل الذي ينخرط مع صداقات سيئة فيها عنف أوعقاقيرمثلا فيقول أنا مختلف فأنا صديقهم ولكن لا أفعل مثلهم أوعندما يقصر فى الواجب ويضيع وقته فى الكمبيوتر ويقول لك أنا لا أحتاج الى الواجب أو المذاكرة فأنا أستطيع النجاح فى الامتحان وهذه الجمل تظهر الاعتقاد الخطأ بالتميز والإحساس الخطأ بالأمان وتجنب المسؤليات والدخول فى تصرفات خطأ.

المواجهة: كن مباشرا وقل له سيناريوهات مختلفة من الممكن أن تحدث وكيف سيتعامل معها مثل القبض عليه.

3- محاولة تغييرك أنت :

عندما تطلب منه تغيير مواصفات معينة فيه يكون عنيفا فى رفضه ويعلمك عدم مواجهته. مثل عندما يعتقد الطفل أن من حقه فتح محفظتك أو دخول حجرة نومك فى أى وقت وعندما تدخل حجرته ستجده متضايقا.

المواجهة : بسؤاله هل تحاول ترويضي اسمع لقد لاحظت أنك لاتريدنى أن أدخل حجرتك ولكنك تدخل حجرتى طول الوقت يجب عليك أن تعطى احترام حتى تناله سوف نتفق الآن أن يبتعد كل منا عن حجرة الآخر من الآن فصاعدا. فأى تصرف وراءه رغبة واستعداد وقدرة لذلك يجب أن تقطع عليه فرصة الدخول لحجرتك بأن تغلق الحجرة.

4- عدم الأمانة :

الأطفال الأكبر يكونون فى مرحلة الأسرار فجزء من نموهم يكذبون أويعطوك جزء من الحقيقة ليبرروا تصرفاتهم.

المواجهة : يجب أن يتعلم الطفل عن الخصوصية بأن تقول يبدو أنك لا تعطينى الحقيقة الكاملة أو أن تقول له هل تحاول أن تقول لي ما تريد أن أسمعه إذن دعنى أرى الواجب كله وبذلك يتحمل مسئولية تصرفه. وعندما يغضب لا تغضب وقل له الغضب لن يغير شئ قل لى متى تصبح جاهزا للكلام بطريقة ناضجة واتركه وتحدث معه بعد ذلك وعندما يرفض يجب أن تكون هناك عواقب لهذا الرفض وخصوصا بعد مرور وقت فتقول له لو أنك لاتريد أن تتحدث معى عن هذا الأمر هذا حقك ولكن غير مسموح بالكمبيوتر حتى تتحدث.

5- المراوغة :

عندما تسأله عن شئ فيجيبك بسؤال: تسأله لماذا تأخرت؟ وتكون الإجابة ما المشكلة؟ وتكون فى موقف مدافع. أو يقول لك ألا تحبنى؟ أيضا للهروب من المسئولية .

المواجهة : يبدو أنك تحاول تغيير الموضوع لا تراوغنى إننا نتحدث عن واجبك وليس إن كنت أحبك أم لا.

6-التعامل مع الكذب

1) معرفة لماذا يكذب الاطفال:

لا يميز الأطفال الحقيقة من القصص الخيالية عند سن 3سنوات, فيجب استخدام الرسم والقصص للتعبير عن هذا الخيال بدلا من الكذب الالتباسي بعدم الفهم و الخيالي

للأكبر من4 سنوات:

1-لإثبات شخصية وحاجته لجذب الانتباه وترك تأثير لدى أصحابه, فيجب إشباع احتياجاته

2-ليحافظ على حياة سرية عن الوالدين أو عندما تكون قواعد المنزل صارمة جدا فتضع الفتاة مكياجا خارج المنزل كى ترضى الأسرة وتشبه أقرانها

الأمل في عمل أو ربح أو شهرة، يدفع هذا الأمل الكثير من المراهقين الى ترك منازلهم للبحث عن هذه الأهداف، وقد يكون ذلك بدون علم الأبوين أو رضاهم، أما في الحالات التي يكون فيها الوالدين على علم بذلك، فلا يسمى هروبا بل يسمى هجرة ويكثر هذا في المجتمعات الفقيرة

3-تقليد الاباء

4-للبعد عن المتاعب (الخوف) وتجنب مسئولية أفعاله فهى طريقته للتعامل مع المشاكل فيجب عدم القسوة في المعاملة (دفاعي)

5-لجذب الانتباه بحكايات تبدو حقيقية ثم يتحول الكذب الي عادة تصاحبهم

6-للانتقام من أخوته لإحساسه بالظلم فيجب المساواة بين الأخوة

(2) الحوار معهم: اهدأ أولا ثم التحضير أن نكون طبيعين وبدون عصبية والبحث عن المشكلة الحقيقية وتشجيعه علي الصدق (أنا أحبك ولكني أكره منك سلوك الكذب) مع نظام للعواقب فى حالة الاستمرار فى التصرف وليس للكذب-ونتحدث بطريقة هادئة وسريعة

وبدون لغة المحاضرة (شرح للموقف وقلقك منه)

ونكون واضحين محددين (نركز على التصرف والسبب وراءه-

لا تركز فى الكلام معه عن الاخلاق بل عن المشكلة التى يحاول تجنبها-ولماذا اختار الكذب وساعده على اختيار حلول أخرى-لاندفعه باتجاه الكذب الدفاعي ولا نعطي الفرصة للكذب عن عمد

وعند استخدام العقاب نراعى :

- العقوبة بسرعة ولا تهاجمه (حافظ على الباب مفتوح)-عقاب له قيمه مثل سحب الموبايل لمدة يوم حتى يكف ولو لم يعتذر أثناءها يبدأ يوما اضافيا

- مع مساعدته لإيجاد حلول صحيحة للمشكلة ونتحدث معه بدون جدال عندما يطلب ذلك بعد إعطائه فرصة أن يفكر وحده.

7-لماذا يسرق الأطفال؟

الأسباب:

في الأطفال الصغار لأنهم لايفهمون أنه خطأ أن نأخذ شيئا دون دفع ثمنه.

في أطفال المدارس بسبب الاندفاع وقلة سيطرتهم على أنفسهم والاستجابة لكل طلباتهم.

للأكبر سنا لتقليد أصدقائهم أو للثورة على ابائهم أو كنوع من المهارة (السرقة بدون اكتشاف أحد) أو بسبب الغضب أو لجذب الانتباه أو بسبب تعرضهم لضغط من سوء معاملتهم جسمانيا أوعاطفيا أو لفقرهم أو لتعاطى مخدرات.

عند بداية الدراسة: نقوم بعمل اجتماع مع الطفل للتحدث عن التغير القادم بعمل خطة و القواعد القادمة عن ميعاد النوم و الواجبات المنزلية و ميعاد الاستيقاظ و تبادل المقترحات و ركز على المشاكل الضخمة من السنة السابقة لتغييرها واستخدام الطرق الناجحة.

وقد تستمر لفترة طويلة و يصاحبها أعراض أخري (إذا كانت المشكلة في الأسرة أو في نضجه العاطفي) فيفقد الثقة بالاخر, والعلاقات الحميمة ولا يشعر بالذنب بل يلوم أهله لإجباره علي السرقة بقلة المصروف.

للتعامل :

1- للطفل أصغر من 6س: علمه أن هذا التصرف خطأ ويعتذرعنه لكن لا نسميه سرقة, وإعطاؤه الفرصة للمشاركة فى اختيار اللعب وشرائها حتى يستطيع إهداءها بعد ذلك, علمه المشاركة حتى يستطيع أن يفكر فى الاخرين, تنمية الأمانة لديه ب: إشباعه بالحب والحنان والعطف حتى يستطيع أن يعبر عن سائر رغباته دون خوف ومعاملته برفق

-خلق شعور الملكية بتخصيص دولاب ومكان خاص به

-تخصيص مصروف له و مراقبة استخدامه للنقود دون أن يشعر مع تشجيعه على أن يتصدق بجزء. ولانطلب منه الاعتراف حتي لا يكذب.

2- للأكبر من 9س : علمه أنه ليس كافيا رغبتك فى الشئ أن تأخذه بدون إذن ويجب أن يعيده فلا يستفيد من السرقة ويقوم بأى تعويض مثل تنظيف المنزل أيضا, ومهما تتكرر السرقة لا نعامله بسوء بل نقنعه أنه يستطيع التغير ونصمم على التعويض لمن سرق منه وإعادته مع البحث عن السبب: فى تفكير خطأ أو احتياج عاطفى أو اندفاع أو عدم الإحساس بالأمان

ولانتهمه بالسرقة إلا إذا رأيناه وليس بالشك فيه حتى لا يستمر, مع تعليمه المشاركة مع الأخرين.

3- توفير الضروريات اللازمة له من أكل وشرب و ملبس.

4-مساعدته علي التخلص من الانفعال بالمشاركة في أنشطة جماعية واللعب.

عندما يحصل على درجات عالية يكافأ, وعندما يفشل نسأله ما الذى ستفعله مختلفا فى الامتحان القادم مثل ساعات مذاكرة أكثر أو مع صديق ولا يذاكر فى حجرته وإنما أمام والديه لمراقبته حتى تتحسن درجاته ويذاكر مستقلا

8.هروب الطفل من المنزل

الأسباب التي قد تؤدي الى هروب الطفل من المنزل:

1- شعور الطفل بالتعاسة أو الشقاء بالمنزل، والظروف المنزلية السيئة المضطربة تدفع الطفل الى محاولة التخلص من هذه الحياة والهروب منها

2- اذا ارتكب الطفل خطأ يعلم أن له عقابا شديدا، دون تفاهم مع الوالدين وعدم احساس بالاطمئنان اليهم، لجأ الى الهروب من المنزل وهو يذهب عادة الى أحد الأقارب الذي يسعد معهم كي يحميه من غضب الوالدين وسوء معاملتهم له

3- الغضب من سوء المعاملة أو اعتقاد الطفل انه مظلوم او حرم من شيء أعطى لاخوته، وفي هذه الحالة يهدف الطفل الى الانتقام من الأبوين مع الأمل ان يشعروا بقيمته اذا غاب عنهم

4- الحقد والغيرة التي تنتج من سوء معاملة أفراد الأسرة للطفل تجعله في حالة مستمرة من التفكير في الهروب من هذا الجو الذي لا يوفر له الاحساس بالطمأنينة، ويبث فيه الحقد على من فيه، فإذا وجد فرصة سانحة نفذ ما كان يفكر فيه

5- يكثر هروب الطفل في " حالة غياب أحد الوالدين" لسبب ما ، كما يحدث في حالات الطفال اليتامى أو المتبنين، وتفكير الطفل في هذه الحالة أنه يريد ان يجد والديه فيبحث عنهما على غير هدى

6- الأمل في عمل أو ربح أو شهرة، يدفع هذا الأمل الكثير من المراهقين الى ترك منازلهم للبحث عن هذه الأهداف، وقد يكون ذلك بدون علم الأبوين أو رضاهم، أما في الحالات التي يكون فيها الوالدين على علم بذلك، فلا يسمى هروبا بل يسمى هجرة ويكثر هذا في المجتمعات الفقيرة

البــــــاب الثانـــــي:مشاكـــــــــل الدراســـــــة

الفصــل الثالــــــــث: العــــــــودة للمدرســـــــة

الاطفال الذين ينالون قدرا كافيا من الدعم والتشجيع يصبحون خلاقين ومبدعين خلال حياتهم ،أما الاطفال الذين يفتقدون لهذا الدعم والتشجيع غالبا ما يتكون لديهم مواقف مختلفة سلبية تجاه التعلم.

1- العودة للمدرسة

ابدأ قبل الدراسة:_بشهربعمل روتين(نظام) البرنامج اليومى فى ورقة: ميعاد الاستيقاظ- الفطار- الذهاب للمدرسة والعودة منها- الواجب -العشاء – التيلفزيون- النوم.

لمدة يوم فى الأسبوع الأول, يومان فى الأسبوع الثانى وأربعة فى الثالث.

- استخدام المنبه نجهزه مساء و نتابعه صباحا حتي يستيقظ وعند استيقاظه فى الميعاد تكافئه بفسحة أو إفطار مميز ونفهمه أننا ندربه للذهاب للمدرسة.

- ونستبدل وقت المذاكره بالقراءة أوالكمبيوتر ونحافظ على ميعاد النوم ثابتا مع التعود على أن وقت المذاكرة لا يوجد فيه مقاطعة.

-**عند بداية الدراسة:**_نقوم بعمل اجتماع مع الطفل للتحدث عن التغير القادم بعمل خطة و القواعد القادمة عن ميعاد النوم و الواجبات المنزلية و ميعاد الاستيقاظ و تبادل المقترحات و ركز على المشاكل الضخمة من السنة السابقة لتغييرها واستخدام الطرق الناجحة.

بعد بداية العام الدراسى :

- عند استخدام مدرس لمساعدة الطفل, اتصل بالمدرسين دائما
- عمل نظام أو جدول فى المنزل.
- دائما تعلم من المواقف التى تختلف فيها مع الطفل.
- مع الطفل المصاب بالقلق تشجيعه علي التحدث عما حدث فى المدرسة.

- استخدام جداول ملونه لتذكيره بواجبه ولا تقلق فى التعامل معه بأن نتعامل كعائلة جميعا مع الموقف.

-عندما يحصل على درجات عالية يكافأ, وعندما يفشل نسأله ما الذى ستفعله مختلفا فى الامتحان القادم مثل ساعات مذاكرة أكثر أو مع صديق ولا يذاكر فى حجرته وإنما أمام والديه لمراقبته حتى تتحسن درجاته ويذاكر مستقلا.

- **الواجبات المدرسية:**

عمل جدول يوجد به ميعاد محدد للواجب مع نظام للمكافأة ولسحب المميزات فعندما يتأخر أداؤه لا يشاهد التلفزيون والعقاب لمدة يوم واحد فقط وإعطاؤه الفرصة فى اليوم الثانى.

مع الطفل العنيد الذى يزيده العقاب عنفا :

1- عمل الواجب فى المطبخ بجوار الأم وليس فى حجرته لملاحظته

2- قضاء أول 5ق معه للتشجيع على البداية.

3- عمل مسابقة "لنرى كم من الوقت سيستغرقه الواجب اليوم "وعند إنهائه فى وقت أقل من(اليوم السابق) يسهر ساعة زيادة مع أخذ راحة 5ق بعد كل نصف ساعة حتي نحدد مدة تركيزه .

4- لا يبدأ فسحة نهاية الأسبوع إلا بعد انتهاء الواجب.

لتحفيز الطفل

لزيادة تركيزه فى المذاكرة نشجع أوقات أنشطة الجلوس التى يحبها (البازل- نقرأ له قصص لفترات طويلة يوميا-العب معه بالعرائس أو الحيوانات على الارض), نقضى فترة 15ق يوميا بلا مقاطعة فتزيد فترات انتباهه مع الوقت وبالتدريج نقلل من تحادثنا معه حتى يسمع للقصة مثلا بلا مقاطعة حتى النهاية, نقلل وقت التليفزيون على برامج تحكى قصص وأيضا ابتكار جدول ملون لبداية ونهاية كل نشاط أو منبه.

أيضا:

1-اعطه ما يحبه

2-ابعد الكمبيوتر والتلفزيون و الموبايل عن حجرته

ان الحافز الداخلي للطفل لممارسة اي نشاط يكون اقوى واكثر تأثيرا عليه فان الطفل يتعلم اكثر وافضل بهذه الطريقة (التحفيز الداخلي) ويكون ما تعلمه اكثر ثباتا لديه

3-يجب ان يعمل الواجب ليلعب ألعاب الكمبيوتر, يجب ان يعمل ليكسب يوميا

4-حاول أن تحمسه للمستقبل

5-لا تزعق وعندما يقول لا يهمنى مستقبلى قل له يهمنى أنا لأنى أحبك

6-لاتعمل واجبه بدلا منه ودعه يتحمل المسئولية

7-امدح الجيد فيه (التشجيع) 8-عمل نظام

كيف نحمس طفل قبل المدرسة بالمنزل:

1-لو أن الطفل يتحدث جملا جاوبه بجمل كاملة

2-عندما يمل من اللعب المناسبة لسنه اعطه لعب السن الاكبر

3-اجعله يقرأ واقرأ له-اجلب له أدوات (الوان-صلصال- كتب الأرقام والحروف-مكعبات أولعبة تصميم اشكال)-ساعده على هواية غير دراسيه.

تحفيز الأطفال على التعلم

الأطفال يتعلمون من كل شئ يفعلونه فهم بطبيعتهم لديهم فضول يريدون الاستكشاف والبحث فإذا نتج عن عمليات الاستكشاف تحقيق نجاح أو أي شعور محبب لديهم كان ذلك حافزا للمزيد من التعلم

خلال السنوات الأولى من العمر يتكون لدي الأطفال فكرة وموقف معين من التعليم والذي غالبا ما يظل مستمرا طوال العمر،الاطفال الذين ينالون قدرا كافيا من الدعم والتشجيع يصبحون خلاقين ومبدعين خلال حياتهم ،أما الاطفال الذين يفتقدون لهذا الدعم والتشجيع غالبا ما يتكون لديهم مواقف مختلفة سلبية تجاه التعلم.

خصائص التحفيز للاطفال

ان الاطفال كثيرا ما يفعلون الاشياء أو يمارسون نشاطات لأنهم يحبون ان يمارسوها مثلا اختيار اللعبة او الملابس يكون نتيجة (الحافز الداخلي) وهنا يكون الاحساس بالرضا لسببين الاول اختيار اللعبة والثاني الاستمتاع باللعب بها وهذا يعتبر محفزا لاستمرارهم في أداء نفس العمل

أحيانا تكون بعض الاعمال التي يقوم بها الطفل ناتجة عن أوامر من الكبار أو ربما رغبة في إرضائهم وهنا يكون (الحافز خارجيا) وذلك يعني ان امداد الطفل

يتعلم الطفل الاصرار والمثابرة عندما ينجح في تخطي تحديات واجهته ..لذا لابد من إعطائه بعض المهام التي تثير التحدي لديه ولكن لا تشعره بالعجز

بالدافع او المحفز يكون من اخرين ولابد من امداده بهذا المحفز بشكل مستمر حتى يستمر الطفل في فعل نشاط ما.هذا ويجب الملاحظة انه قد يكون هناك صعوبة في استمرار المحفز الخارجي لانه اصلا يعتمد عى قوى خارجية

وحيث ان الحافز الداخلي للطفل لممارسة اي نشاط يكون اقوى واكثر تأثيرا عليه فان الطفل يتعلم اكثر وافضل بهذه الطريقة (التحفيز الداخلي) ويكون ما تعلمه اكثر ثباتا لديه. فاذا كان الطفل يتعلم افضل بهذه الطريقة فعلى الاباء تدعيم ثقة الابناء بانفسهم من خلال بعض الارشادات والتوجيهات اثناء ممارسة ابناءهم للانشطة والالعاب المختلفة مع احتفاظهم بمساحة كافية من الحريات للطفل لذا من المهم ان نترك الطفل يلعب بحرية دون تقييده بمنظومة معينة.

يمكن للاباء بناء الاستقلالية عند اطفالهم عن طريق توفير الانشطة والالعاب التي تثير فضول الطفل وتزيد من قدرته على الابداع

توجد بعض السلوكيات الدالة على ان الطفل لديه درجة عالية من التحفيز:

-الاستمرارية والمثابرة وتعني القدرة على المداومة على القيام بمهمة ما لفترة زمنية معقولة نسبيا, من الطبيعي وجود اختلافات فردية بين الاطفال من حيث قدرتهم على المداومة على الاعمال, فكلما كان الطفل متحمسا ولديه الحافز على الانجاز كلما زاد صبره ومثابرته على إنجاز مهامه بنجاح في حين أن الطفل الذي يفتقد الرغبة والحافز فهو سريع الملل ولايصل الى الانجاز والنجاح المطلوب.

يتعلم الطفل الاصرار والمثابرة عندما ينجح في تخطي تحديات واجهته ..لذا لابد من إعطائه بعض المهام التي تثير التحدي لديه ولكن لا تشعره بالعجز

-اختيار التحديات فعندما يواجه الطفل تحديا وينجح في اجتيازه فإنه يرحب بتحد اخر وغالبا ما يفضله اكثر صعوبة وعندما ينجح في الانجاز فانه بذلك يحقق درجة عالية من الرضا, في حين ان الطفل الذي يفتقد الحافز والرغبة (اولئك الذين فشلوا في تحقيق نجاحات في وقت مبكر من العمر) فانه يفضل التحديات السهلة ليضمن النجاح ,لكنه لايحقق الرضا الكافي لذاته لانه يدرك سهولة التحدي, وهنا يكون دور الاباء مساعدة ابناءهم في ايجاد تحديات مناسبة لهم مع اعطائهم فرصة ليكون الاختيار اختيارهم

-درجة الاعتمادية على الكبار,عندما يكون الدافع او الحافز الداخلي للطفل

قوي لا يحبون تدخل الكبار في حين الطفل الذي يفتقد هذا الدافع او تعود على المحفزات الخارجية يحتاج الى انتباه الكبار بشكل مستمر ولا يمكنه العمل باستقلالية....وحيث أن الاستقلالية تمثل عاملا مهما في كفاءة وجودة التعليم لدى الطفل فان الاعتمادية سوف تحد من نجاحات الطفل

يمكن للاباء بناء الاستقلالية عند اطفالهم عن طريق توفير الانشطة والالعاب التي تثير فضول الطفل وتزيد من قدرته على الابداع.عادة ماتكون اشياء بسيطة مثل المكعبات ,العرائس او الدمي البلاستيكية، السيارات او الورق والالوان.هذه الاشياء تساعد الطفل على بناء عالمه الخارجي الخاص بدلا ان يظل يعتمد على الكبار لتسليته

-المؤشر الاخير على درجة التحفيز لدى الطفل كلما كان الدافع قويا داخل الطفل كلما زادت قدرته في التعبير عن مشاعره

هم راضون عن اعمالهم ويشعرون بمتعة في ممارستها ..على عكس الاطفال الذين يعانون من ضعف الدوافع فانهم يتميزون بالهدوء والعزلة ،سرعة الملل ولايشعرون بأي متعة ظاهرة في قيامهم بالانشطة وكثيرا ما يشتكون وانت كولي أمر يمكنك الحكم على الحالة المزاجية للطفل فالاصوات الغريبة او المتذمرة تعد مؤشرا جيدا ان الطفل لايشعر بالارتياح وفي حاجة الى بناء الحافز والمحفز

يولد الطفل بكمية هائلة من المحفزات والدوافع الداخلية هذه المحفزات الهدف منها الحصول على بعض المؤثرات البصرية من البيئة المحيطة...عندما يرى مكافآت لاعماله فان ذلك يشجعه على الاستمرار وتقييد حرياته غالبا ما يواجه بالبكاء والصراخ والانزعاج ...ان بعض الحركات البسيطة او الالعاب التي تصدر اصواتا تعتبر محفزات قوية للطفل عندما يبدأ في المشي

عندما يكبر الطفل (9-24شهر)يكون الطفل قادرا على القيام ببعض حركات ارادية هادفة بصورة اكبر وهذا يعطيه القدرة على التحكم في الوسط المحيط به مما يشعره بالنجاح بصورة اكبر مما يؤدي الى زيادة الثقة بالنفس مما يؤدي الى تقوية الدوافع في داخله

مع تطور نمو الطفل تكون قدرته على السيطرة والتحكم في الوسط المحيط به

تأتي الصعوبات عندما يحاول الكبار دائما ايجاد دوافع خارجية للطفل للقيام بمهامه وبذلك هم يلغون الدوافع الداخلية لديه ويبدا في التعود على المعززات الخارجية (اموال ..حلويات ..العاب..الخ) ليكمل عمله ويحقق النجاح

اكبر فيبدأ في وضع اهداف محددة لاعماله ونجاحه في تحقيق هذه الاهداف لايعتمد على معايير ومقاييس الكبار ولكن يعتمد على معاييره ومقاييسه الخاصة في اكتمال تحقيقه لاهدافه

-عند سن سنتين ..يستطيع الطفل تنفيذ عدة خطوات للوصول الى هدف ما ويبدأ خطوات للوصول الى هدف ما ويبدأ في تقييم انجازاته حسب مقاييسه الخاصة

-عند سن 3 سنوات فانه يحب اتمام اعماله بشكل جيد وليس فقط القيام بها (اتقان العمل) ويقيم اعماله وفقا لمعاييره ..هو اقل حاجة لتقييم الكبار لجودة أعماله

-سن ماقبل المدرسة (3-5سنوات) يبدأ استخدام الكلام كوسيلة للتعلم وحل المشكلات ولتواصله مع من حوله ..ان الطفل دائما يسمع حديثه لنفسه لحل مشكلة ما هذا الكلام سيكون مستقبلا حديثا داخليا (داخل النفس)...هذا الاسلوب الجديد في حل المشكلات وتحقيق الاهداف يمثل الاساس في بناء الدوافع والمحفزات في هذه المرحلة من العمر

وجود الثقة بالنفس في حل الشكلات يكون دافعا لتقبل تحديات جديدة والتي بدورها تساهم بشكل كبير في العملية التعليمية للطفل

كيف يمكن زيادة التحفيز لدى الطفل ؟

على الاباء تدعيم بناء الدوافع والمحفزات الداخلية للاطفال الصغار ..ولابد من الحرص في استخدام المحفزات والمعززات الخارجية حتى لا يتعود الطفل ان ينال التقدير دائما من الخارج ....وليس نابعا من داخله

كن متأكدا ان الطفل يقوم بالعمل لانه يستمتع به وليس لانتظاره التقدير منك.

تأتي الصعوبات عندما يحاول الكبار دائما ايجاد دوافع خارجية للطفل للقيام بمهامه وبذلك هم يلغون الدوافع الداخلية لديه ويبدا في التعود على المعززات الخارجية (اموال ..حلويات ..العاب..الخ) ليكمل عمله ويحقق النجاح.

من هنا يتعود الطفل ان احساسه بالنجاح يكون بتقييم الاخرين له وليس ناتجا عن تقديره لذاته ولدوافعه الداخلية وبذلك يتعود أن يرى قيمه من خلال نظرة

اعطي الطفل وقتا كافيا لانجاز مهامه وعندما ينغمس في مهمة معينة تأكد ان بامكانه انهاء هذه المهمة دون مقاطعة حاول مقاومة رغبتك، في مساعدته

الاخرين ...لايجب ان نترك الطفل يسأل هل عملي جيد ؟لابد ان يكون واثقا في قدرته على تحقيق النجاح

هناك العديد من الطرق التي تمكن الاباء من المحافظة على الدوافع الداخلية لدى الطفل:

توفير بيئة تسمح للطفل بالاستكشاف وملاحظة نتائج افعالهم

-اعطي الطفل وقتا كافيا لانجاز مهامه وعندما ينغمس في مهمة معينة تأكد ان بامكانه انهاء هذه المهمة دون مقاطعة ،حاول مقاومة رغبتك في مساعدته.

-عليك الاستجابة لاحتياجات الطفل بطريقة متوقعة وثابته ولكن حاول دائما ان تجعله يشعر بالاستقلالية قدر المستطاع ..هذا لا يعني تخليك عن السيطرة عليه بأن توضع له بعض القواعد والحدود ولكن اذا كان وقت اللعب اتركه دون قيود ..دع طفلك يشعر ويعيش طفولته, وفر اوقاتا للاستكشاف سويا مع الطفل والتواصل معه بشكل مباشر ...من المهم ان يتشارك الاطفال والكبار اداء بعض المهام

-داوم على تشجيع طفلك (بأن يعرف أن الصعوبات شئ مقبول ومفهوم), وتوفير فرص للتحدي واثبات قدراته ونجاحه..المهام التي بها شئ من الصعوبة تجعله أكثر تحفزا وأكثر سعادة ورضا بالنجاح عند اكتمال هذه المهام ..ويحتمل في هذا بعض محاولات الخطأ والصواب

-اعطي فرصة للطفل لتقييم ما حققه من الافضل سؤالهم عن رأيهم فيما قاموا به ...ما رأيك فيما قمت به؟؟

-لا تبالغ في التقدير والمكافأت فهذا يقلل من تقدير الطفل لذاته ..وكذلك فان التقدير والمكافآت يجب ان تكون على مجهودات الطفل واصراره لا على انجازه للعمل

العالم بالنسبة للطفل مجهول لذا اعطيه فرصة للاستكشاف في كل ركن من هذ العالم هناك تجربة مثيرة تمس مدارك هذا الطفل الصغير ما يحتاجه هو مساحة واسعة من الحرية مع قليل من الارشادات والتوجيهات وعدم إقحام الحلول الجاهزة

تذكر أن ما يتكون لدى الطفل من افكار وما يتعوده من اساليب التعلم في سنين عمره الاولى... تظل راسخة في ذاكرته طول العمر

لا تبالغ في التقدير والمكافأت فهذا يقلل من تقدير الطفل لذاته ..وكذلك فان التقدير والمكافآت يجب ان تكون على مجهودات الطفل واصراره لا على انجازه للعمل

رفض المدرسة

أن الأطفال الذين عانوا من فشل في دخول المدرسة هم أكثر عرضة مستقبلاً للفشل الدراسي والمصاعب الزوجية والعزلة الاجتماعية وصعوبات العمل مقارنةً بغيرهم من الأطفال الذين نجحوا في دخول المدرسة, كما أن قلق وخوف المدرسة يتحول إلى أشكال أخرى من القلق في الكبر.

Criteria for Differential Diagnosis of School Refusal and Truancy

School refusal	***Truancy***
Severe emotional distress about attending school; may include anxiety, temper tantrums, depression, or somatic symptoms.	Lack of excessive anxiety or fear about attending school.
Parents are aware of absence; child often tries to persuade parents to allow him or her to stay home.	Child often attempts to conceal absence from parents.
Absence of significant antisocial behaviors such as juvenile delinquency.	Frequent antisocial behavior, including delinquent and disruptive acts (e.g., lying, stealing), often in the company of antisocial peers.
During school hours, child usually stays home because it is considered a safe and secure environment.	During school hours, child frequently does not stay home.
Child expresses willingness to do schoolwork and complies with completing work at home.	Lack of interest in schoolwork and unwillingness to conform to academic and behavior expectations.

يصنف الأطفال الذين يرفضون المدرسة إلى ثلاث فئات:

1 -أطفال يرفضون المدرسة مع أعراض قلق: مثل قلق الانفصال أو الرهاب الاجتماعي (خجل) بسبب تجنب مواقف اجتماعية وتقييمية سلبية

تذكر أن ما يتكون لدى الطفل من افكار وما يتعوده من اساليب التعلم في سنين عمره الاولى... تظل راسخة في ذاكرته طول العمر

2-أطفال يرفضون المدرسة بدون أعراض قلق ، تهرباً أو تسيباً: كنوع من التمرد على سلطة الأبوين،أو بسبب إهمال الأبوين لهذا الموضوع وتساهل أحدهما أو كليهما بسبب مشكلات الانفصال وجذب انتباه أشخاص هامة (عادة الأم) - البحث عن معزز ما خارج المدرسة

3-حالات مختلطة قلق مع تهرب أو تسيب (مع التعرض للضرب أو السخرية من التلاميذ أو صعوبة الدراسة بالنسبة له).

تكثر بشكل أساسي في مرحلتين عمريتين:

1- عند سن دخول المدرسة لأول مرة حتى سن 9 سنوات، وأكثر سبب لها هو الخوف على حياة الأبوين أو خوف الانفصال عنهما Separation Anxiety.

2- عند الانتقال من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة المتوسطة أو في المرحلة المتوسطة، وأشيع الأسباب هي الصعوبات الاجتماعية Social Difficulties وخاصة الرهاب الاجتماعي Social Phobia.

أن الأطفال الذين عانوا من فشل في دخول المدرسة هم أكثر عرضة مستقبلاً للفشل الدراسي والمصاعب الزوجية والعزلة الاجتماعية وصعوبات العمل مقارنةً بغيرهم من الأطفال الذين نجحوا في دخول المدرسة

سببه خجل مع صعوبة تكيف مع قلق الانفصال عن الآم فيبدأ الطفل بالالتصاق بالآم, أهم شئ أن الطفل ينتمي للمدرسة ليتعلم الاستقلالية والام تبعد عنه ولاتتردد ونحسسه بالامان والافضل يكون مع ابوه فيحس بالشجاعة-

نجهزه للمدرسة ونحكي له عنها ويراها قبل الدراسة - ابدأ روتين الصباح قبل الدراسة -تقعد مع الطفل في المدرسة لحد 4سنين-طفل 5سنين يقعد لوحده في الفصل مع لعبة

- أن نلاحظ شخصية الطفل نفسها، وعلاقاته في البيت (مع أمه وأبيه وأخوته) والمدرسة (مع المعلم ، الزملاء), وكذلك بين البيت والمدرسة يوجد طريق مع أو بدون حافلة المدرسة.

وقد يكون سبب الرفض:

1- أسباب تتعلق بالطفل نفسه

سمات شخصية الطفل:-

عدم القدرة على اكتساب أصدقاء مقربين- التقصير في الأداء و التحصيل المدرسي لسبب ما- قد يكون مستوى الذكاء هو سبب نفور الطفل من المدرسة

(ذكاء الطفل مرتفع والمدرسة عادية لا تلبي طموحه في المدرسة، مما يسبب الملل للطفل من المنهج و طريقة التدريس, ذكاء الطفل منخفض دون المستوى المناسب مما يجعل المذاكرة والحفظ شاقة على الطفل, أو أن ذكاء الطفل عادي والمدرسة ذات برنامج صعب يناسب فقط فئة الموهوبين).

أمراض تصيب نفس الطفل: -

1- قلق الانفصال Separation Anxiety: عند أول ذهاب للطفل إلى المدرسة بسبب تعلقه بوالديه و بالمنزل, و يكون رفضه كتعبير عن عدم رغبته بالانفصال عنهما، ويعبر عنها الطفل بالخوف من أن يصاب بالأذى هو أو أحد أبويه وهو بعيد عنهما ، أو أن يترك في المدرسة ولا يجد أحداً ليأخذه، ويكرر السؤال بعبارة (ماذا لو ...), يرفض الطفل النوم بعيداً عن الشخص المُتعلق به و يتابعه كظله, كوابيس وأحلام مزُعجة عن الانفصال عن هذا الشخص الذي يتعلق به الطفل وخوف من الظلام , أعراض عضوية مثل آلام في البطن أو الصداع أو أي شكوى جسدية عندما يتوقع بأن الشخص المرتبط به سوف ينفصل عنه لفترةٍ محدودة ووجيزة.

2- و يجب أن تكون هذه الأعراض مستمرة لمدة أربعة أسابيع ويعد هذا السبب من أكثر الأسباب شيوعاً لرفض المدرسة وخاصة عند الأطفال في سن دخول المدرسة.

> الخوف الاجتماعي Social Phobia : وخاصة عند المراهقين ، مما يسبب للمراهق الرهبة عند الاختلاط بالزملاء أو عند طلب المشاركة من قبل المدرس, كما يسبب عدم القدرة على اكتساب أصدقاء مقربين يجذبونه للمدرسة

3- الخوف الاجتماعي Social Phobia : وخاصة عند المراهقين ، مما يسبب للمراهق الرهبة عند الاختلاط بالزملاء أو عند طلب المشاركة من قبل المدرس, كما يسبب عدم القدرة على اكتساب أصدقاء مقربين يجذبونه للمدرسة.

4- اضطرابات عدم التكيف Adjustment Disorders: عند العودة الى المدرسة من العطلة أو بعد مرض طويل عند الأطفال الكبار, أو عند تغيير المدرسة الى أخرى بسبب الخوف من تغيير المدرسين أو الرفاق.

4- اضطراب القلق العام عند الأطفال: يشعر الطفل بأن هذه المخاوف والتوتر والقلق لا يستطيع السيطرة عليها، وينشغل بالتفكير بأمور مُتعددة من الأمور الاجتماعية و الأسرية، ويؤثر هذا القلق على المستوى الدراسي عند

الطفل، يكون قليل التركيز، دائم التفكير بأن أموراً سيئة سوف تحدث لأحدٍ من أفراد عائلته لذلك دائماً يتفقد أفراد أسرته،عادةً ما تكون مصحوبة بأعراض عضوية مثل الآم متعددة في الجسم، مثل الآم في البطن أو آلام متُفرقة في الجسم, يُصاب أحياناً بنوبات قيء عندما يكون في قمة قلقه على امر ما

5-الوسواس القهري – نوبات الذعرأوالقلق الشديد – رهاب الاختبارات- اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه – الكآبة أو اضطراب المزاج – اضطرابات اللغة كالتأتأة – أحد أنواع صعوبات التعلم كعسر القراءة – اضطراب أسبرجر.

2- أسباب تتعلق بالعائلة

الأبوين (أحدهما أو كليهما): مرض شديد – مشاكل عائلية : كانفصال الوالدين أو الطلاق أو العنف المنزلي – الإساءة الجنسية أو الجسدية أو العاطفية للطفل.

الإخوة : الغيرة – ولادة طفل جديد.

3- أسباب تتعلق بالمدرسة

المعلمين: طريقة التعليم غير مناسبة – الإساءة الجنسية أو الجسدية أو العاطفية للطفل من الزملاء- الخوف من بعض المدرسين بسبب طريقة تعاملهم ، أو الخوف من سخرية الزملاء من الطفل لسبب ما كزيادة الوزن.

4- أخرى:

تتعلق بالطريق الى المدرسة – الخوف من انتشار مرض كالإنفلونزا مثلاً.

كيف تظهر أعراض الخوف من المدرسة أو رفضها عند الطفل ؟

تختلف حسب عمر الطفل: فالطفل تحت سن العشر سنوات لم يصل لدرجة من النضج ليعبر عن مخاوفه وقلقه كلامياً وبشكل مباشر، وبالتالي يلجأ للتعبير السلوكي أو الجسدي. ومن ناحية أخرى تختلف الأعراض من طفل لآخر من حيث الشكل وشدة الحالة

– أعراض التعبير السلوكي: البكاء والصراخ عند الأطفال الصغار والتعلق بالأهل عند الدخول للمدرسة ، ونوبات من الخوف والذعر وضيق الصدر عند الأطفال الكبار والمراهقين ، قضم الأظافر ، مص الإصبع.

مناقشة مخاوف الطفل مع الطفل ، للبحث عن الفكرة المسببة لمشاعر الخوف وسلوك الرفض للمدرسة (خلف كل شعور سار أو مزعج تختبئ فكرة أو اعتقاد يفسر هذا الشعور، وعليه يترتب طريقة التصرف والسلوك ، إقدام أو هروب).

- أعراض التعبير الجسدي: ألم البطن والمعدة ، الصداع ، الغثيان ، الشعور بالتعب ، تسارع نبضات القلب ، تعدد مرات التبول.

- أعراض نفسية: كآبة ، قلق ، نوبات فزع ليلية ، وسواس وأسئلة متكررة حول المدرسة.

وأكثر ما تظهر الأعراض عند ذكر المدرسة ومناقشة الطفل في ذلك أو لحظة القرب من المدرسة والشروع في دخولها، أوعند الخلود للنوم مساءاً.

ماذا نفعل عندما يرفض الطفل دخول المدرسة ؟

يجب الانتباه للحالة بشكل مبكر, يجب التعرف أولاً على سبب مخاوف الطفل، والعمل على إزالتها بالتعاون بين الأهل والمدرسة والطفل مع الأخذ في الاعتبار الأمراض المصاحبة في الطفل أو الأسرة, شدة الأعراض أو الاضطراب الأسري.

العمل على تحويل الارتباطات السلبية في ذهن الطفل مع المدرسة إلى ارتباطات إيجابية عن طريق إيجاد ربط للمدرسة مع مشاعر وأفكار إيجابية : كمشاعر الثقة بالنجاح والتفوق والتكريم

الخطوات:

أولاً: زيارة المدرسة من قبل الأهل والتعاون مع الكادر التعليمي.

ثانياً: البحث عن أسباب الرفض, الخوف والقلق ضمن ظروف البيت والمدرسة

ثالثاً: تدريب الأبوين Parents Training على رد الفعل المناسب:

- تجربة إلزام الطفل على الذهاب للمدرسة بشكل حازم ، فلا عصبية ولا صراخ ولا ضرب ولا حمله وإدخاله المدرسة أوتغيير المدرسة ، وبنفس الوقت لاضعف ولاتراخي **ولارشاوي للطفل وتنازلات:** كأن نقول له (إذا ذهبت للمدرسة فسأعطيك كذا وكذا ..) وإبقاؤه في البيت مع السماح له باللعب في فترة المدرسة وكأن شيئاً لم يكن مما يعزز رفضه للمدرسة, أوالاستجابة للطفل واستجابة المعلمين لطلبات الولد بالاتصال بالأهل في كل وقت والسماح له بالعودة إلى البيت متى يشاء.

رابعا: في حالة الغياب الطويل عن المدرسة, التعامل مع الأمراض المصاحبة في الطفل, شدة الأعراض أو ضعف المهارات الاجتماعية للطفل مع كبر سنه:

1- تخفيض الضغوط على الطفل Stress Management في البيت والمدرسة مثلاً: عدم تكرار الموضوع، فلا نسأله باستمرار عن شعوره صباحاً أو قبل أن ينام (هل أنت خائف ؟) ، وعند ذكره هو للمدرسة من المفضل أن نقول له مشجعين: (ستذهب وسيكون غداً أسهل يا بني) ونغيّر الموضوع إلى موضوع آخر,أو نقول له: (إنك لا تكره المدرسة، إنك تحب المدرسة والمدرس والأصحاب ، ابني سيصبح بطلاً ومتفوقاً دراسياً).

2- مناقشة مخاوف الطفل مع الطفل ، للبحث عن الفكرة المسببة لمشاعر الخوف وسلوك الرفض للمدرسة (خلف كل شعور سار أو مزعج تختبئ فكرة أو اعتقاد يفسر هذا الشعور، وعليه يترتب طريقة التصرف والسلوك ، إقدام أو هروب). وهذا تمثله حلقة تبدأ بموقف من مواقف الحياة يتولد عنه أفكار عن نفسي وعن المحيط من حولي تختلف من فرد لآخر، يليها مشاعر معينة مناسبة للأفكار ثم سلوك محدد مناسب، ويتم العمل على هذه الحلقة في جلسات العلاج السلوكي المعرفي: المدرسة← أفكار ؟؟؟؟← مخاوف← الرفض للمدرسة.

3- تدريب الطفل على كيفية التعامل مع الخوف والضغط النفسي بأسلوب المواجهة المتدرجة (أي يلتحق بالمدرسة على خطوات):

- تعليم الطفل الاسترخاء Relaxation التخيلي والتنفسي والعضلي.
- التعرض التدريجي للمدرسة أو التعرض المباشر غير التدريجي لها.
- إذا كان الطفل يشتكي من شكوي عضوية كآلام البطن أو الرأس، يقيم عند طبيب أطفال لنفي أي مرض عضوي دون مبالغة, مع الانتباه إلى أن طعام الفطورأو العشاء مساءاً يجب أن يكون سهل الهضم خالي من الدسم.
- يتعلم المهارات الاجتماعية و يميز بين الخوف ,القلق والرهاب

4- تهيئة المدرسة:

أي تحويل المدرسة في نظر الطفل وكأنها بيته من خلال (وصف المدرسة للطفل من قبل الأبوين بشكل تفصيلي ,استقباله أولا في غرفة معدة للمدرسة كغرفة الجلوس في البيت، وعلى شكل زيارات قصيرة في أول الأمر للتعرف

البصري : يتعلم بالنظر والقراءة ويحب الرسم , القراءة , الكتابة, يجيد التنظيم والاستهجاء يحتاج كتب , كمبيوتر, لوحات , الملاحظات تفصيلية ملونة, عمل جداول وأشكال توضيحية ملونة

على المدرسة بشكل تفصيلي, دعوة بعض أصدقائه في الفصل لقضاء بعض الوقت معه في البيت أو أن يذهب هو إليهم).

بعد ذلك عمل: اتفاق مع الطفل ((عقد)) للذهاب إلى المدرسة:

ويكون العقد مشتملاً على الاتفاق على النقاط التالية مع الطفل:

- ماذا يترتب على ذهابه إلى المدرسة ؟ من رضا الأبوين .... ولكن دون الوعد بمكافأة محددة لكيلا تكون كالرشوة ، فتعزز من رفضه ليحصل دائما ويفاوض على ما يريد.
- ماذا يترتب على رفضه الذهاب إلى المدرسة ؟

في حال لم يذهب نطبق خطة **البيت >> مدرسة** (أي يتحول البيت صباحاً في حال رفض الولد المطلق للذهاب لمدرسته إلى مدرسة، أي استيقاظ باكر و مذاكرة للدروس ، لا تلفاز ولا كمبيوتر ولا أكل ولا كلام).

يجب تطبيق الاتفاق بحزم وبهدوء دون ضرب أو صراخ ، والصبر على الطفل وعدم التراجع معه للعودة إلى البيت. ويجب إعادة التقييم مع المدرسة باستمرار حتى يطمئن الطفل فيها.

5- العمل على تحويل الارتباطات السلبية في ذهن الطفل مع المدرسة إلى ارتباطات إيجابية عن طريق إيجاد ربط للمدرسة مع مشاعر وأفكار إيجابية : كمشاعر الثقة بالنجاح والتفوق والتكريم ، وأفكار أن لديه مدرسة فيها ملعب وأن لديه أصدقاء كالإخوة يلعبون معه ويحبوه ويسألون عنه إذا غاب .... إلى آخره مما يرغّب الطفل في المدرسة فينجذب إليها.

خامساً: لا يوجد خوف وقلق عند الطفل ، فقط عناد وتهرّب:

1. البحث عن السبب ضمن ظروف العائلة أو المدرسة.
2. مناقشة الطفل.
3. تذليل العوائق في البيت أو المدرسة.
4. تدريب الأبوين على رد الفعل المناسب.
5. التعاون مع المدرسة.

بعد ذلك عمل اتفاق مع الطفل ((عقد)) للذهاب إلى المدرسة.

السمعي: يتعلم بالسمع ويحب المناقشات, المذاكرة الجماعية, الموسيقى و اللغاتيحتاج لأن يقرأ بصوت عالي –يحفظ بالتكرار وربط الكلمات ببعضها- المذاكرة مع أخر- يسمع المحاضرة ثانية

طفل صعوبة التعلم

الجدول (1): يوضح الفرق بين 3 أنواع من الطلاب: الذين يعانون من صعوبات التعلم، وبطيئو التعلم، والمتأخرون دراسيا[2]

فئات جوانب	يعانون صعوبات التعلم	بطيئو التعلم	المتأخرون دراسياً
1-جانب: التحصيل الدراسي	منخفض في المواد التي تحتوي على مهارات التعلم الأساسية(الرياضيات-القراءة - الإملاء).	منخفض في جميع المواد مع إهمال واضح، أو وجود مشكلة صحية	منخفض في جميع المواد بشكل عام مع عدم القدرة على الاستيعاب
2-جانب: سبب التدني في التحصيل الدراسي	اضطراب في العمليات الذهنية [الانتباه، الذاكرة، التركيز، الإدراك]	انخفاض معامل الذكاء	عدم وجود دافعيه للتعلم
3-جانب: معامل الذكاء (القدرة العقلية)	عادي أو مرتفع معامل الذكاء من 90 درجة فما فوق	يعد ضمن الفئة الحدية معامل الذكاء 70- 84 درجة	عادي غالباً من 90 درجة فما فوق.
4-جانب: المظاهر السلوكية	عادي وقد يصحبه أحيانا نشاط زائد	يصاحبه غالباً مشاكل في السلوك التكيفي [مهارات الحياة اليومية-التعامل مع الأقران-التعامل مع مواقف الحياة اليومية]	مرتبط غالبا بسلوكيات غير مرغوبة أو إحباط دائم من تكرار تجارب فاشلة
5-جانب: الخدمة المقدمة لهذه الفئة	برامج صعوبات التعلم والاستفادة من أسلوب التدريس الفردي	الفصل العادي مع بعض التعديلات في المنهج	دراسة حالته من قبل موجه الطلاب في المدرسة

من هو طفل صعب التعلم :

أطفال صعوبة التعلم لديهم بعض أو كل هذه المشاكل حسب السن وحجم المشاكل:

1- عدم النضج فى العلاقة مع الآخر والتأخر الدراسى .

2- لا يستطيعون حل المشاكل المعقدة التي لها خطوات كثيرة ويوصفون بالبطء حتي في أداء الواجب .

3- ليس لديهم احساس بالوقت ولا ينتقلون بسهولة من موضوع لآخر و لا ينقلون ما تعلموه فى مسألة لمسألة أخرى تشبهها, الاستمرار في النشاط دون ادراك ان المهمة انتهت

4-لا يستطيعون حفظ جدول الضرب أوقواعد الاملاء.

ظهور تباعد بين سلوكيات محددة لدى الطفل و بين تحصيله الدراسي

الحسى: يتعلم بالحركة ومسك الشئ ويحب المعمل , الرياضه, التمثيل
يحتاج لتمثيل الدروس- الوجود فى مجموعة صغيرة ويأخذ فترات راحة كثيرة- استخدام العاب الذاكره بالكمبيوتر- يذاكر ويسمع صوت هادئ

5- لا يوجد لديهم هدف بعيد ولا ينظمون الوقت بسبب ضعف انتباههم وقلة التركيز, مع وجود رغبة لديهم فى التعلم وليس التكاسل أوخلق المشاكل بعدم التعاون.

6- لديهم صعوبه توازن أثناء الحركة دائمى الوقوع (ضعاف الادراك التوازنى) وضعف مهارة النشاط الحركى البسيط مثل: الكتابة, ربط الحذاء. أوالمركب مثل: اللبس ولعب الكرة- لا يرتاحون عندما يلمسهم أحد (اما يقفون على مقربة شديدة أو يبتعدون عن من يتحدث اليهم)

7- من حيث التنظيم: لا يميزون أجزاء جسمهم أو اليمين من اليسار

لايميزون الاتجاهات ويتوهون حتى لمكان معروف لديهم

لا يميزون احساس الحراره أو الخامه للاشياء باللمس

8- يعانون من مشكلة التذكر السمعي

من حيث الإدراك الحسي: يعكسون الحروف والكلمات (لا يرون الاشياء بترتيبها أو يكتبون من تحت لفوق) - يشكون من عينيهم (ضعاف الادراك البصرى)- لايميزون علامات الترقيم فى القراءة, لا يجيدون الملاحظة – متحدثون جيدون ويستمتعون بالمهام الشخصية.

-لا يميزون الالوان والاشكال- لا يميزون الحروف المتشابهة- يرون كل حرف فى الكلمة وحدة مستقلة وليس كلمة- لا يميزون مثلا موقع الرقم 9 من رقم 10

قبله أم بعده

واذا لم يستخدمون اصبعهم فى مكان القراءة لا يميزون المكان الذى يقرأون فيه

مثال لعملية حسابية:3+06=36

0+41=40

2+04=26

3+90=39

1+70= 17

نبعده عن فكرة الدراسة صعبة أو أنا لن أفهم ونعوده يقول لنفسه سأبذل جهدا أكبر,سأحل المسألة كما حليت ما قبلها, أنا أنجح إذا بذلت جهدا

9- الجزء السلوكى: يتصرفون أصغر من سنهم- لديهم صعوبة فى التحكم فى الاندفاع والحركة وعواقبها – ليس لديهم أصحاب

10- لديهم قلق وقلة ثقة بالنفس

الديسليكسيا:Dyslexia

The National Reading Panel has identified five core components of a comprehensive reading curriculum—phonemic awareness (letter-sound knowledge), explicit phonics (spelling), fluency, text comprehension, and vocabulary.

1-لديهم صعوبة فى القراءة (تبديل بين الكلمات, الحذف, التكرار,الادخال, الافراط في تحليل الكلمات المألوفة, المعرفة المحدودة للمعاني, القراءة البطيئة, صعوبة تعلم أصوات الحروف, الخلط بين الحروف المتشابهة,عدم فهم ما يقرأون أو يسمعون, وتذكر الكلمات وترتيب الاحداث مما يجعلهم يكررون أخطاءهم وقد يتهتهون أو ينتظرون كثيرا قبل الرد على أى سؤال,

ويكون مستواهم متذبذبا أحيانا فيفشلون فيما نجحوا فيه قبل ذلك مما يسبب لهم ارتباك وعدم قدرة على توقع النجاح أو الفشل.

I can read and write just fine, but sitting down and reading a chapter book is near impossible. What I experience, is extreme difficulty with the transition from line to line in a book. Also, the longer I read, the less I understand what I'm reading, the words just won't register in my head.

2-يشعرون بالقلق والخوف من إحباطهم الدائم بالمدرسة وتوقع الفشل ثم التجنب الذى يراه المدرسون والاباء انه كسل ,أيضا كتم الغضب ثم توجيهه للأم بالمنزل لاحساسهم بتفهمها ولاحساسهم بالذنب انهم لا يزالون يعتمدون عليها مما يؤثر على صورتهم عن نفسهم (الصورة الايجابية الذاتية تعتمد بدرجة كبيرة على النجاح الدراسى) فعندما ينجحون يعتقدون انه الحظ وعندما يفشلون يعلمون انهم أغبياء وإن استمرهذا التفكير حتى العاشرة يصعب تغييره

3-الاكتئاب المصحوب بالاحساس بالفشل وعدم الاستمتاع و اليأس من التغييروتبدأ مشاعر الغيرة لدى اخوتهم لحصولهم على اهتمام العائلة

فيكونون عنيفين معهم لعدم رغبتهم فى الاحساس بالنقص والاعتماديه

يجب أن نشجع الطفل بالتكرار والتدريب على استخدام النظر, السمع ,الحركة مع اللمس فى التعلم مع سماع أنشودة هادئة

عوامل مؤثرة:

الذكاء–المستوى الاقتصادى للعائلة– التدخل المبكر– ايجاد مجال اخر (رياضة– فن– أجهزة) ينجح فيه الطفل– دفعه لمساعدة الاخرين بعمل خيرى أو مساعدة طفل اصغر–التشجيع المستمر ب(تفهم مشاعره من قلق ,غضب ,اكتئاب ومساعدته للتحدث عنه)– تقدير مجهوده أيا كانت النتيجة –لا نقول عنه كسلان عندما يخطئ ,مساعدته لوضع أهداف واقعية ولا يسعي للكمال–

نعرف مناطق ضعفه وقوته لتوقع النجاح والفشل من أجل إعداد برنامجة تعليمي خاص به .

خطوات التعامل معهم:

–القراءة عن المشكلة قبل التعامل معها

–تقدير احتياج الطفل بمعنى كيف,متى, لماذا يكون الطفل غير منتبه أو مندفعا وتقييم مناطق قوته عن طريق التوجيهات الاكاديمية والسلوكية وفى الفصل, فهؤلاء الاطفال يحتاجون **وقت أطول** وتشجيع من العائلة بلعبة جماعية مكافأة لهم على صبرهم وإصرارهم

1– حتى لا يغير اخواته منه يجب الاهتمام بهم ومساعدتهم فى الواجب وأن يتشاركوا أى نشاط مع هذا الطفل

2– الاهتمام **بافطاره** الطعام الجيد (فاكهه وخضروات ووجبه متكاملة) وروتين النوم والاستيقاظ (**النوم الجيد**), تمارين رياضية حتى لا يشعر بالاحباط, السماح له بالتعبير عن غضبه واسمع له فيتعلم كيف يهدئ نفسه

3– تحديد المشكلة وتعليمه لمستوى فهمه:

حول الكلمة لمعادلة و أجب وراجع

(Search-**T**ranslate, **A**nswer, Review) STAR

والتأكد من عدم وجود مشاكل عضوية أوعقلية

حدد الطريقة التى يتعلم بها طفلك أفضل:

البصرى : يتعلم بالنظر والقراءة ويحب الرسم , القراءة , الكتابة, يجيد التنظيم والاستهجاء

الاطفال التي لديها خلل في الكتابة قد يكون لديها ايضا مرض فرط الحركة اونقص الانتباه او كلاهما ADHD

يحتاج كتب , كمبيوتر, لوحات , الملاحظات تفصيلية ملونة, عمل جداول وأشكال توضيحية ملونة

السمعى: يتعلم بالسمع ويحب المناقشات, المذاكرة الجماعية, الموسيقى و اللغات

يحتاج لأن يقرأ بصوت عالى –يحفظ بالتكرار وربط الكلمات ببعضها– المذاكرة مع أخر–يسمع المحاضرة ثانية

الحسى: يتعلم بالحركة ومسك الشئ ويحب المعمل , الرياضه, التمثيل

يحتاج لتمثيل الدروس– الوجود فى مجموعة صغيرة ويأخذ فترات راحة كثيرة– استخدام العاب الذاكره بالكمبيوتر– يذاكر ويسمع صوت هادئ –علمه كيف يفكر عن أن يجاوب

4–الثقة بالنفس تعتمد على علاقاته بالاخر– إصراره على الاستمرار رغم الصعوبة– الاختيار– وضع أهداف قصيرة وبعيدة المدى وخطواتها– طلب المساعدة – التعامل مع المشاعر خاصة الاحباط– حل المشاكل– التعامل مع الاخرين خاصة الكبار(لانعاقبه و مكافأته على النجاحات الصغيرة ولو بالكلام يزيد ثقته بنفسه ونؤجلها لنعلمه الصبر فأهم سبب للتدهور إهمالنا له والاهتمام بالطفل الأذكى).

(تشجيعه على ممارسة هواية أو موهبة لتحسين صورة ذاته, واجعله يحبك ليسمع كلامك فالطفل صعب التعلم كان توماس أديسون وغاندى)

–نبعده عن فكرة الدراسة صعبة أو أنا لن أفهم ونعوده يقول لنفسه سأبذل جهدا أكبر,سأحل المسألة كما حليت ما قبلها, أنا أنجح إذا بذلت جهدا:

Sample Self-Report

After reading each sentence, please place an ‘X’ on the line where you feel it should go.

My feelings about the task:

1. I thought this task was: very easy- kind of easy- just right- kind of hard- very hard

2. I gave this task: no effort- a little effort- good effort for awhile- a lot of effort- my best effort

dyslexia عسر القراءة هو اضطراب يشمل صعوبة قراءة كلمة او فك شفرتها اوانسيابها او استهجائها

3. On this task I think my answers were; all wrong- mostly wrong- half and half- mostly right- all right

On this task I was:

Successful because:

1. The task was easy: not important- kind of important- very important

2. I tried: not important- kind of important- very important

3. I was lucky: not important- kind of important- very important

4. I am capable/good at this: not important- kind of important- very important

Unsuccessful because:

1. The task was difficult: not important- kind of important- very important

2. I did not try: not important- kind of important- very important

3. I was not lucky: not important- kind of important- very important

4. I am not capable/good at this: not important- kind of important- very important

5-اعتنى بنفسك أيضا (أخذ راحة- الاكل الجيد- اسمع أنشودة هادئة-اقرأ قران- اتمشى- احكى مع احد اصدقائك قد يساعدك- احتفل بيوم ناجح فى التعامل مع الطفل- لا تفقد روح المرح- حاول التعرف على أسرة لديهم نفس المشكلة لتبادل الخبرات-الحفاظ علي وقت لوحدك)

6- إعطائه دروس أضافية خارج المدرسةRemedial class .

7- المذاكرة في مكان هادئ لملاحظته وتشجيعه – تقليل وقت المذاكرة المتواصلة وفترات راحة لنوفر وقت للنشاط قبل وأثناء الواجب (جلسة عمل الواجب تكون قصيرة وقبله وبعده يحرك جسمه)

إضافة متعة للواجب مثل تلوين صورة واسأله عن الواجب وهو يؤديه – راجعه معه قبل النوم وقبل الذهاب للمدرسة- حافظ علي روح المرح

-علمه استخدام المنبه لضبط الوقت

-اقرأ للطفل

من المهم ايضا معرفة ما اذا كان هذا الطفل لديه ايضا صعوبة في القراءة وصعوبة فى تعلم المهارات الكتابية والشفهية وبالتالي يحتاج مساعدة في الشفوي بجانب الكتابة اللغوية

علاج التأتأه او التهتهه يهدف لتعليم الفرد مهارات او استراتيجيات او سلوكيات تساعده علي التواصل اللغوي

– علمه طريقة المذاكرة الثلاثية : قراءة وشرح للاخر – رسم صورة للواجب لما فهمه – كتابة ملخص,توقع الجزء التالي ثم اعادة القراءة

–علمه عن أهمية النجاح واجعله يرى أمثله ناجحة وابعده عن التنافس

– للحماس نجد ما يحبه ويستمتع بعمله

ونلاحظ علامات الاحباط أو السرحان أثناء الشرح فنقرأ له بصوت عالي-

عندما يمل من حل الاسئلة نستخدم أسلوب أكمل العبارة

–استخدام الابطال: يكتب لهم جواب– يحسب لهم كم هدف أحرزوه , ملاحظة غليان المياه....

–كن صبورا مثابرا ولكن ثابتا ولاتكافئ الواجب الا عند انتهائه

دعه يبدأ بالصعب والسهل فى النهاية (نحلي بيه)

–عمل جدول مذاكره يوميا وتعليمه كيف يسترجع المعلومه بكتابتها بطريقة منظمة ومتى يذاكر وكيف, نسأله اذا كان قد فهم أو لا بطريقة لطيفة (عمل الحروف بالسلوتب أوبحبل مع الألوان واستخدام أكثر من حاسة).

– تعويد الطفل على القراءه بنفسه ببطء ليأخذ وقتا أطول ليفهم ولايجد القراءة مملة فهو يرفض القراءه لعدم فهمه اللغة (نقرأ بالقلم ونلون ما أخطأنا في نطقه).

– نعطيه أسئلة كل فترة لتساعده على التعليم .

استخدام المسطرة تحت السطر ليرى السؤال المطلوب فقط كل مرة-

أن يكتب ملحوظة تحت الفقرة عما فهمه-

– كراسة لملاحظة الاخطاء المتكررة ومتي تحدث

– أن يجهز الكتب والاوراق اللازمه قبل بداية المذاكره ويبعد ما لن يذاكره عن مكتبه

المهم ما حصله من المذاكرة وليس الوقت الطويل فيها

–تحديد السلوك الجيد عند مكافأته وتعطى حالا ومتنوعة

–تجاهل الغير جيد عندما يكون غير مقصود أو لجذب الانتباه

–نجعله يقوم بنشاط لا يحبه مثل اعمال المنزل قبل السماح له بما يريده مثل اللعب

-ابعده عن اللعب المشتتة له ونسمح باللعب الهادئه التى تساعده على التركيزمثل اللعب التركيبي ولعبة الشبه والاختلاف, التسلسل والمكعبات والصور (الحروف,الأرقام,الأشكال والألوان)

-عند التحدث اليه اقترب منه وانظر فى عينيه ويكون بينكما لغه اشارة باستخدام اليد للتعامل من بعد عند السرحان

متابعته في الفصل مع المدرسين-8

-عند بداية الشرح في الفصل : مراجعة سريعة للدرس السابق وماسندرسه اليوم ومن يرغب فى السؤال يرفع يده والشرح بأسلوب بسيط

وأثناء الشرح : نسأله عن فهمه لكل جزء قبل الانتقال لجزء ثانى والنداء عليه كل فتره, جلوسه أمام المدرس بجانب الطفل الذكى فى الفصل ليساعده ويشجعه – بلا مشتتات– مكتبه مناسب بأن يستطيع أن يضع كوعه على الديسك ودقنه على راحة يده

وعند سرد قصة نطلب منه كيف يشعر البطل فى نهاية القصة, نعطيه فرصة عندما نسأله 15 ثانية قبل أن نجاوب الاجابة الصحيحة ونلاحظ علامات الاحباط أو السرحان اثناء الشرح ونجعله يلاحظ أخطاءه ونساعده على التركيز باعادة التوجيهات وكتابتها– تقسيم الواجب لوحدات صغيرة, يخطط على الجمل المهمة فى الكتاب – نعطيه فرصة لتجميع الكراسات أو مسح السبورة ونعطيه وقت اطول – عند نهاية الدرس ننبه قبلها ب 10 ق لانهاء الواجب ومراجعة الدرس– تجاهل التصرف السئ وشجع التصرف الجيد

يكون معه كرة التوتر ولبان– طرقعة الصوابع لتنبيهه عندما يسرح – استخدام نافذة المسطرة لرؤية السطرالمطلوب فقط

أى: المكان بلا مشتتات– يغير جلوسه ليركز – مدرس بجواره – اعطاء فترات راحة كثيرة–الواجب قصير ومتنوع يكتبه أكثر من مرة– أستخدام اكثر من حاسة وتعليمه التصنيف والوسائل التوضيحية والمذاكرة مع اخر.

-ويجب أن نشجع الطفل بالتكرار والتدريب على استخدام النظر, السمع ,الحركة مع اللمس فى التعلم مع سماع أنشودة هادئة.

هدفنا هنا هو تعديل التأتأه ليس لازالتها نهائيا ولكن لتصبح اسهل ويبذل فيها مجهود اقلهذه الطريقة في العلاج تعتمد اساسا علي ان التوتر سبب في زيادة التأتأه لذلك فان تقليل الخوف ومحاولة مواجهتها وعدم تجنبها سوف يقلل منها Charles Van Riper هو من طور او انشأ هذه الطريقة في العلاج

فالبيئة الغنية فيها التقليد- التنظيم- توجيه الأسئلة- البحث- توظيف الألعاب- إثارة الكلام-التعبير عن المشاعر-إعطاء مهام تذكر الأرقام, الحروف ,الأشكال, نهايات الجمل.

من المهم معرفة ان الشخص الذي يتحدث يريد ان يتحدث معك مثل اي شخص عادي ويريدك ان تعامله كما تعامل اي شخص اخر-فلابد ان تركز علي محتويات وموضوع الحوار وعلي المعلومات التي تجمعها منه وليس علي طريقة توصيله لهذا الكلام.

التعامل مع الصعوبات الدراسية كل علي حدة

العمليات الحسابية: 1-

-نعلمه العلامات الحسابية فقط في صورة عند الصعوبات الرياضية

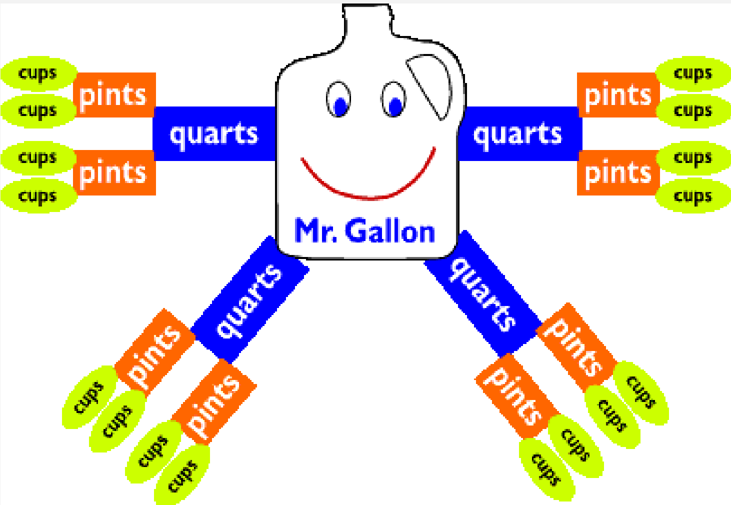
- تذكر الترتيب مثل أن الجالون له اربعة أرباع (اطراف) كل ربع ينقسم ل بانتين(اصبعين) وكل بنت ينقسم لكوبين وبذلك كل ربع يحتوى على 4 اكواب و16 كوب فى الجالون,8 باينت فى الجالون وهكذا

وبذلك يتعلموا المقاييس 2كوب= بانت

2 بانت= ربع

4 ارباع = جالون

كل واحد له اثنى فرع ماعدا الجالون له 4



لمساعدة طفل قبل المدرسة فى العمليات الحسابية بأنشطة مرحة:

*للطفل البصرى:**

1-اجعله يرى الارقام فى الشوارع وعلى لوحة السيارة وانطقها له فيميز حتى رقم10 قبل سن الحضانه

2-صل النقط فى الكتب الملونه التى تكون الارقام

3-اكتب رقم تليفون واجعله يتصل ليتعلم أن يقرأ الرقم من اليسار لليمين

4-عد أى شئ حوله (عدد الطابور,عدد السلالم)

للطفل الحركى:*

5-نلخبط أدوات المائدة ونطلب منه تجميع السكاكين والشوك والملاعق على حدة وعددهم فى كل مجموعة أو لعبه (صغيرة وكبيرة)-عدد الشرابات فى الغسيل والقمصان وهكذا

6-ساعده فى رسم مربع, مثلث, دائرة, نجمة

7-اللعب ببازل الاشكال والمكعبات

8-عمل كتاب العد: بأن يقص من مجله قديمة كل الكلمات أو الصور التى تبدأ بحرف أ ويلصقها فى كراسته ثم يعدها

9-اجعله يعد مجموعة لعب أمامه ثم اسحب واحدة واجعله يعد ثانية وهكذا وعدد الحلوى داخل كيس الحلوى ويأكل ويعد ثانية حتى نهاية الكيس

10-يلعب بوضع لعبة حمراء ثم خضراء ثم يرجع لحمراء ثم خضراء حتى يظهر نمط للعبته ليتعلم التفكير

للطفل السمعى:*

11-السماع لاناشيد فيها عدد .

12-مساعدتك فى مقادير الكيك ويقيس بنفسه المكونات ليتعلم الحجم والوزن

تعليم الطفل القراءة (تركيب الجمل- المعانى- النطق):-2

1-أن نقرأ أمامهم بصوت عالى يوميا كتب الاطفال بكلماتها البسيطة المكرره وشاور على الكلمات باصبعك واظهر على وجهك تعبيرات المعانى واجعله يعيد بعدك مع عمل مجسمات للحروف ويبدأ بحروف اسمه

تحدث بهدوء ببطء أمام الطفل الذي لديه تهتهه لكن لا نقول له اتكلم بالراحة. - التكرار،والتطويل،واله مس،والتحدث،والكتابة المتزامنة

2-اكتب جواب مع طفلك (علمه البداية, المقاطع, النهاية)- يكتب بزمن المضارع ثم الماضى

3-**تعليم الطفل الكتابة و** الاستهجاء

انطق الكلمة, قسم حروفها, اغلق عينيك, تخيلها, اكتبها ثم أعد المحاولة

What is dysgraphia?ماهو اضطراب الكتابة؟؟؟

هو نوع خاص من أنواع الصعوبات في التعلم والتي تصيب الاطفال فتجعلهم لايستطيعون اكتساب المهارات اللغوية الكتابية بسهولة ولايستطيعون استخدام اللغة الكتابية للتعبير عن افكارهم

Dysgraphiaهي كلمة يونانية

الجزء graph يشير لقدرة اليد علي الكتابة وللحروف التي تكتب وتشكل باليد

و iaفتعني حالة , dysتشير الي صعوبة

وبالتالي فان dysgraphia تعني حالة مرضية يصعب فيهاكتابة الحروف باليد وفي بعض الاحيان يصعب الاستهجاء

في بعض الاحيان يحدث خلط بين صعوبة الكتابة وبين تعلم استهجاء الحروف المكتوبة

في بعض الاحيان وليس دائما يكون لدي الاطفال مشكلة في الاستهجاء وليس مشكلة في الكتابة او القراءة

Dysgraphia is a Greek word. The base word graph refers both to the hand's function in writing and to the letters formed by the hand. The prefix dys indicates that there is impairment. Graph refers to producing letter forms by hand. The suffix ia refers to having a condition. Thus, dysgraphia is the condition of impaired letter writing by hand, that is, disabled handwriting and sometimes spelling. Impaired handwriting can interfere with learning to spell words in writing. Occasionally, but not very often, children have just spelling problems and not handwriting or reading problems.

اسبابها؟؟

اظهرت الابحاث الحديثة ان الكتابة لها علاقة بالترميز الهجائي orthographic coding

اجعل المحادثات فى البيت بطيئة-تدريبه على التنفس المنتظم أثناء النطق-تشجيعه (الطفل الذي لديه تهتهه) علي التحدث امام الأخرين بفواصل زمنية محددة والقراءة الجماعية -تعزيزه عند طلاقة اللسان-الصبر في الاصغاء له-عدم إجباره علي تكرار الكلمة الصعبة

والترميز الهجائي يشير الي قدرة الفرد خلال عملية تعلم الكلمات علي تخزين كلمة مكتوبة فريدة بعد تحليل حروفها داخل الذاكرة العاملة working memory او القدرة علي حفظ الكلمة المكتوبة بالذاكرة حفظا دائما وربط هذه الكلمة بنطقها ومعناها

احد اسباب سوء الخط او ضعف الكتابة هو اضطراب في التطور الحركي لليد primary developmental motor disorder

ولكن الاطفال التي لديها خلل في الكتابة او dysgraphia ليس عندها هذا النوع من الاضطراب الحركي انما مشكلتها تكمن في صعوبة اداء حركات متتالية بالاصابع مثل لمس الابهام لاصابع نفس اليد بطريقة ناجحة

What causes dysgraphia?

-Research to date has shown orthographic coding in working memory is related to- handwriting-. *Orthographic coding* refers to the ability to store unfamiliar written words in working memory while the letters in the word are analyzed during word learning or the ability to create permanent memory of written words linked to their pronunciation and meaning.

-Children with dysgraphia do not have primary developmental motor disorder, another cause of poor handwriting, but they may have-difficulty planning sequential finger movements- such as the touching of the thumb to successive fingers on the same hand.

هل خلل الكتابة ممكن ان يحدث وحده ام مصاحبا لانواع اخري من صعوبات التعلم؟؟

-الاطفال التي لديها خلل في الكتابة قد يكون لديها ايضا مرض فرط الحركة اونقص الانتباه او كلاهما ADHD

الاطفال التي يكون لديها هذا النوع من خلل الكتابة قد يستجيب لتعليمات واضحة بخصوص الكتابة مع اعطاء ادوية منشطة

والعلاج يحتم تشخيص جيد لمرض فرط الحركة عن طريق اخصائي كفء وفي نفس الوقت ملاحظة استجابة الطفل للتعليمات والعلاج الدوائي

قد يحدث خلل الكتابة لوحده او يكون مصاحبا ل dyslexia (صعوبة القراءة) او مصاحبا لصعوبات تعلم المهارات اللغوية الكتابية والشفهية

أن اكثر من نصف الذين يتلجلجون يبدأون في ذلك سن الرابعة أو الخامسة، ومعظم حالات اللجلجة لها منبع أو مصدر نفسي إنما عرض من Symptom أعراض سوء التكيف الاجتماعي Social maladuistment

dyslexiaاو عسر القراءة هو اضطراب يشمل صعوبة قراءة كلمة او فك شفرتها اوانسيبابها او استهجائها

الاطفال التي لديها صعوبة القراءة قد يكون لديها مشكلة في الترميز الهجائي والصوتي وتسمية الاشياء سريعا

والترميز الصوتي phonological codingمعناه تسجيل الاصوات الصادرة من الكلمات المسموعة داخل الذاكرة

والترميز الصوتي مهم لتكوين الوعي بالاصوات وتحليل الكلمات المسموعة وتحويلها لحروف هجائية

واذا كان الطفل عنده خلل في الكتابة وصعوبة في القراءة فهو بذلك لديه مشكلة في تحقيق حركة اصابع منظمة متتالية

صعوباتOWL LD (SLI) oral and written language learning disability

تعلم المهارات اللغوية الكتابية والشفهية هي اضطرابات خاصة بالمعني والنحو والاعراب وفهم وتركيب الكلمات واستدعائها من الذاكرة وفهم ما وراء النص

هذه النوعية من الاضطرابات تؤثر علي اللغة المنطوقة والمكتوبة

والاطفال التي لديها هذه الاضطرابات تتعرض لصعوبات ايضا في الكتابة والقراءة مثلها مثل الاطفال التي لديها خلل الكتابة dysgraphia وعسر القراءةdyslexia

Does dysgraphia occur alone or with other specific learning disabilities?

Children with impaired handwriting may also have attention-deficit disorder (ADHD)—inattentive, hyperactive, or combined inattentive and hyperactive subtypes. Children with this kind of dysgraphia may respond to a combination of explicit handwriting instruction plus stimulant medication, but appropriate diagnosis of ADHD by a qualified professional and monitoring of response to both instruction and medication are needed.

Dysgraphia may occur alone or with dyslexia (impaired reading disability) or with oral and written language learning disability (OWL LD, also referred to as selective language impairment, SLI).

Dyslexia is a disorder that includes poor word reading, word decoding, oral reading fluency, and spelling. Children with dyslexia may have impaired orthographic and phonological coding and rapid automatic naming and switching. *Phonological coding* refers to coding

ينشأ اللجلجة من حالة الخوف أو إدراك الذات الزائدة أو اليقظة الذاتية أو اللوم الذاتي -Self Consciausness ومن الشعور بالنقص a feeling of inferiority وبالشعور بالتهديد أو الأسراف في الاشراف الوالدي.

sounds in spoken words in working memory. Phonological coding is necessary for developing phonological awareness—analyzing the sounds in spoken words that correspond to alphabet letters. If children have both dysgraphia and dyslexia, they may also have difficulty in planning sequential finger movements.

OWL LD (SLI) are disorders of language (morphology—word parts that mark meaning and grammar; syntax—structures for ordering words and understanding word functions; finding words in memory, and/or making inferences that go beyond what is stated in text). These disorders affect spoken as well as written language. Children with these language disorders may also exhibit the same writing and reading and related disorders as children with dysgraphia or dyslexia.

ما اهمية تشخيص خلل الكتابة وصعوبات التعلم الاخري؟؟

بدون تشخيص قد لانستطيع التدخل المبكر او ابداء خطوات او ارشادات لتطوير مهارات هؤلاء الاطفال اتي لها علاقة بالتعليم او المهارات اللغوية الكتابية لديهم مع الاخذ في الاعتبار ان العديد من المدارس ليس لديها برنامج تعليمي منهجي لتعلم الكتابة والاملاء ولهذا فمن المهم معرفة ما اذا كان الطفل يحتاج لتعليمات وارشادات في الكتابة والاستهجاء بالاضافة للقراءة وفك شفراتها

كثير من المدارس تقوم بتقييم واختبار وتعليم الاطفال التي لديها خلل بالكتابة ولكن هذه الاطفال ايضا بحاجة الي ارشادات واضحة في الكتابة والهجاء وتكوين الكلمات

ومن المهم ايضا معرفة ما اذا كان هذا الطفل لديه ايضا صعوبة في القراءة وصعوبة ف تعلم المهارات الكتابية والشفهية وبالتالي يحتاج مساعدة في الشفوي بجانب الكتابة اللغوية

Why is diagnosis of dysgraphia and related learning disabilities important?

Without diagnosis, children may not receive early intervention or specialized instruction in all the relevant skills that are interfering with their learning of written language. Considering that many schools do not have systematic instructional programs in handwriting and spelling, it is important to assess whether children need explicit, systematic instruction in handwriting and spelling in addition to word reading and decoding. Many schools offer accommodations in testing and teaching to students with dysgraphia, but these students also need ongoing, explicit instruction in handwriting, spelling, and composition. It is also important to determine if a child with dysgraphia may also have

من المناهج المستخدمة في علاج اللجلجة وغيرها من العادات الحركية كاخطاء الطباعة واللوازم motor habits عن طريقtics إقناع المريض لكي يكرر الفعل الغير مرغوب فيه مرات عديدة

dyslexia and require special help with reading or OWL LD (SLI) and need special help with oral as well as written language.

ماهي الارشادات التي تساعد الاطفال ممن يعانون من خلل بالكتابة؟؟؟

What kinds of instructional activities improve the handwriting of children with dysgraphia?

Initially, children with impaired handwriting benefit from activities that support *learning to form letters:*

• playing with clay to strengthen hand muscles;

• keeping lines within mazes to develop motor control;

• connecting dots or dashes to create complete letter forms;

• tracing letters with index finger or eraser end of pencil;

• imitating the teacher modeling sequential strokes in letter formation; and

• copying letters from models.

Subsequently, once children learn to form legible letters, they benefit from instruction that helps them develop *automatic letter writing*, using the following steps to practice each of the 26 letters of the alphabet in a different order daily:

مبدئيا الاطفال التي لديها مشاكل في الكتابة تستفيد من الانشطة التي تعلمهم تشكيل الحروف

-اللعب بالصلصال و الكتابة علي الرمل لتقوية عضلات اليد

-رسم الخطوط داخل المتاهات لتطوير التحكم في حركات اليد

توصيل النقاط و الشرط لتكوين اشكال علي هيئة حروف

-متابعة او اقتفاء الحروف بالسبابة او بنهاية القلم

-تقليد نموذج صممه المدرس لتكوين الحروف و

-نسخ الحروف من النموذج

بالتالي طالما تعلم الطفل تكوين حروف مقروءة فانه يمكنه الاستفاده من الارشادات التي تساعده علي تطوير الكتابة تلقائيا

باستخدام الخطوات التالية يوميا للتدريب علي كتابة الحروف الابجدية كلها:

استخدام الاسهم المرقمة studying numbered arrow cues that provide a consistent plan for letter formation;

يجب أن تهتم التربية بالمثيرات الغنية التي تؤدي إلى إشباع خبرة الطفل إذ أن الطفل " المعاق عقلياً " يمر بلحظات نفسية يكون استعداده العقلي فيها لتقبل المعلومات قوياً

-تغطية الحروف بكارت 3 x5وتخيل صورة الحرف

كتابة الحرف من الذاكرة بعد فترة من الانتظار تطول تدريجيا خلال الدروس اليومية

كتابة الحروف بعد نطقها شفهيا

كتابة الحروف لمدة5 دقائق علي موضوع يطرحه المعلم

• covering the letter with a 3 x 5 card and imaging the letter in the mind's eye;

• writing the letter from memory after interval that increases in duration over the handwriting lessons;

• writing letters from dictation (spoken name to letter form); and

• writing letters during composing for 5 minutes on a teacher-provided topic.

Students benefit from explicit instruction in spelling throughout K–12: يستفيد الطلاب من الارشادات الإملائية في K-12:

• Initially in high frequency Anglo-Saxon words;

• subsequently in coordinating the phonological, orthographic, and morphological processes relevant for the spelling of longer, more complex, less frequent words; and

• At all grade levels in the most common and important words used for the different academic domains of the curriculum.

Throughout K-12, students benefit from strategies for composing:

• planning, generating, reviewing/evaluating, and revising compositions of different genre including narrative, informational, compare and contrast, and persuasive; and

• Self-regulation strategies for managing the complex executive functions involved in composing.

و يتم تطوير التوافق العصبي البصري عن طريق الرسم بالاصابع التلــوين، أما التوافق بين العين و اليد فعن طريق رسم دوائر ثم نقلها و كذلك تطوير التميز البصري للأحجام و الأشكال و التفاصيل، و هذا ينمي الإدراك البصري للحروف و تكوينها

مرحلة اللاوعي تمتد من الميلاد حتى سن 3 سنوات, يتميز التعليم في هذه المرحلة بأنه تعليم غير مباشر, تكون العمليات العقلية منفصلة

مرحلة الوعيتمتد من عمر 3 سنوات و حتى 7 سنوات حيث يتميز التعليم بإنه تعليم مقصود و تبدأ العمليات المعرفية فيما بينها بالترابط عن طريق الخبرات التي يمر بها الطفل (الذاكرة)

هل الاطفال التي لديها خلل في الكتابة تعكس الحروف او تخطيء فيها؟؟؟

بعض الاطفال تقوم بكتابة الحروف معكوسة علي المحورالراسي او تعكسها علي المحور الافقي فتجد مقلوبة رأسا علي عقب او تجد المشكلة في ترتيب الحروف.

و تتمثل الصعوبات فيما يلي:

يعكس الحروف و الأعداد بحيث تكون كما تبدو له في المرآة فالحرف (خ) مثلا قد يكتبهو الرقم (3) قد يكتبه بشكل معكوس و احيانا يقوم بكتابة المقاطع و الكلمات و الجمل بأكملها بصورة معكوسة من اليسار إلى اليمين فتكون في مرآة.

يخلط في الإتجاهات، فهو قد بدأ كتابة الكلمات و المقاطع من اليسار بدلا من كتابتها كالمعتاد من اليمين ، و الفرق هنا عما سبق أن الكلمات هنا تبدوا صحيحة بعد كتابتها ، و لا تبدوا معكوسة كالسابق.

ترتيب أحرف الكلمات و المقاطع بصورة غير صحيحة ، عند الكتابة ، فكلمة ربيع) قد يكتبها (ريبع) و أحيانا قد يعكس ترتيب الأحرف فكلمة (دار) قد يكتبها (راد) و هكذا.

يخلط في الكتابة بين الأحرف المتشابهة فقد يرى كلمة (باب) و لكنه يكتبها (ناب) و هكذا.

يحذف بعض الحروف من الكلمة أو كلمة من الجملة أثناء الكتابة الإملائية

يضيف حرف إلى الكلمة غير ضرورية أو إضافة كلمة إلى الجملة غير ضرورية أثناء الكتابة الإملائية

يبدل حرف في الكلمة بحرف أخر مثلا (غ – ع) أو (ب – ن ...)

قد يجد الطالب صعوبة الإلتزام بالكتابة على نفس الخط من الورقة

و أخيرا فإن خط هذا الطالب عادة ما يكون رديئا بحيث تصعب قراءته

كل هذه الاخطاء هي نتيجة للمرض وليس سببا له

وقد وجد ان الارشادات الخاصة بالكتابة تلقائيا تقلل بحد كبير من الاخطاء عند استرجاع الحروف من الذاكرة

Do children with dysgraphia make reversals or other letter production errors?

Some children make reversals (reversing direction letter faces along a vertical axis), inversions (flipping letters along a horizontal axis so that the letter is upside down), or transpositions (sequence of letters in a word is out of order). These errors are symptoms rather than causes of handwriting problems. The automatic letter writing instruction described earlier has been shown to reduce reversals, which are less likely to occur when retrieval of letters from memory and production of letters have become automatic.

What kind of instructional strategies improve spelling of children with dysgraphia?

If children have both handwriting and spelling problems, the kinds of handwriting instruction described earlier should be included along with the spelling instruction.

Are educators in public schools identifying children with dysgraphia and providing appropriate instruction in public schools?

In general, no. it does not clearly identify the transcription problems that are the causal factors in dysgraphia—impaired handwriting and/or spelling—for impaired written expression of ideas. Some of the tests used to assess written expression are not scored for handwriting or spelling problems and mask the nature of the disability in dysgraphia. Content or ideas may not be impaired. All too often, the poor writing or failure to complete writing assignments in a timely fashion or at all is misattributed to lack of motivation, laziness, or other issues unrelated to the real culprit—dysgraphia. Children who are twice exceptional—gifted and dysgraphic—are especially under-diagnosed and underserved. Teachers mistakenly assume that if a student is bright and cannot write it is because the student is not trying.

In summary, dysgraphia is a specific learning disability that can be diagnosed and treated. Children with dysgraphia usually have other problems such as difficulty with spelling and written expression, as well as dyslexia and, in some cases, oral language problems. It is important that a thorough assessment of handwriting and related skill areas be carried out in order to plan specialized instruction in all deficient skills that may be interfering with a student's learning of written language. For example, a student may need instruction in both handwriting and oral language skills to improve written expression. Although early intervention is, of course, desirable, it is never too late to intervene to improve a student's deficient skills and provide appropriate accommodations.

إن قدرة تحمل لاطفال
فرط النشاط ونقص
الانتباه للاحباطات
ضعيفة،عندما يواجهون
أي مشاكل أو مهام
صعبة سرعان مايحدث
لهم اعتلال في المزاج

4-مهارة التفكير والتعلم التى تتحسن بالتدريب على :

1-التركيز:إرادة التركيزعلى فكرة واحدة وإلغاء أى فكرة أخرى من الادراك لفترة بالتدريب والاستمرارية

2-الادراك: هو ترجمة وتحليل المعلومات التى التقطناها من خلال حواسنا اعتمادا على خبراتنا مع التدريب

مثل: عدم التمييز بين بى, دى وذلك بتحسين التدقيق وبسرعة

3-الذاكره:استقبال(ملاحظة الصوت وشكل الارقام), ترتيب(تذكر ترتيب حروف الكلمة بصريا وسمعيا), حفظ القواعد الأساسية

الذاكرة قصيرة المدى عند كتابة خطاب مثلا يجب أن تحتفظ باخر جملتين فى الذاكرة حتى تستكمل الكتابة- حتى تحل مسألة (3× 3+4× 2) يجب أن تحتفظ فى مخك بنتيجة 9 لتستكمل الجزء الثانى وتحل المسألة

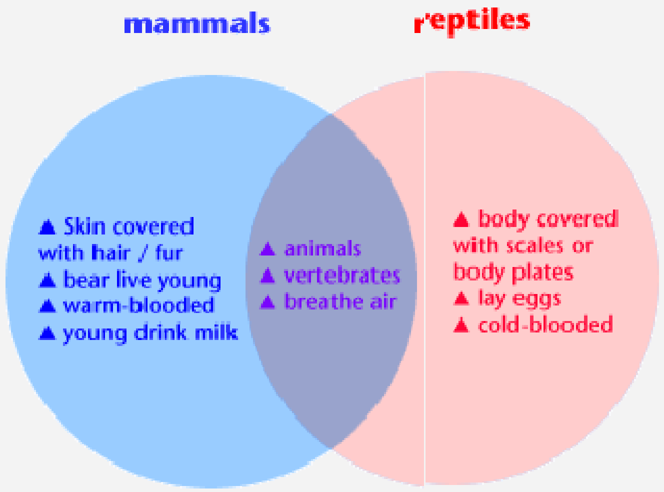
ونظرا لأننا يوميا ننسى 80% مما تعلمناه فالافضل تدريب الذاكرة بعيدة المدى

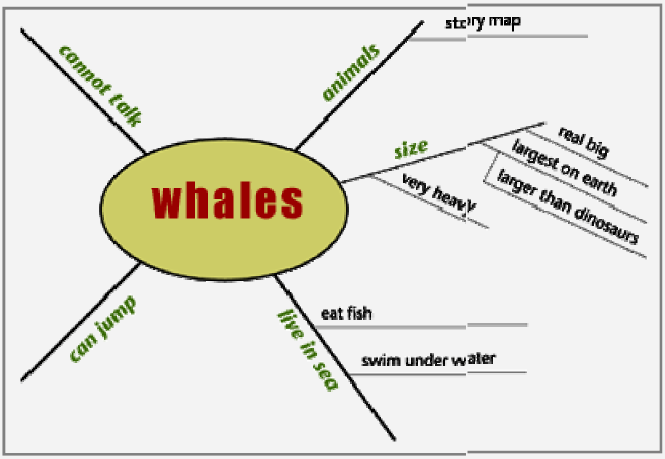
4-التفكير المنطقى للوصول لرأى: الترتيب بأخذ الافكار والوقائع الهامة الخاصة بالمشكلة وترتيبهم بسلسلة كل فكرة تؤدى للأخرى

فالتفكير المنطقى هو تفكير على خطوات وليس اجابات سهلة مثل لا أعلم أو هذا صعب

البعض من الاطفال المصابين باضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه قد يحتاجون الى علاج دوائي اما اخرون قد يكون كافيا بالنسبة لهم العلاج ببرامج تثقيفية وبرامج خاصة لتعديل السلوك







ان الابوة الحازمة هي الحب والحنان ووضع لقواعد وحدود ولكن مايطبق غالبا هو وضع القواعد والحدود ان, قضاء بعض الدقائق(20 ق) مع طفلك ومشاركته اي عمل مبهج (مهما كان اليوم سيئا) يمكن ان يفعل معجزات في تغيير سلوكيات بل وتغيير نمط حياة

تأخر النطق

التطور اللغوى للاطفال

عند الميلاد يبكى- عند شهرين يبدأ الطفل يلاغى - عند 3 شهور يختلف البكاء ويستجيب لك- عند 4 شهور يصدر أصوات عشوائية-6ش يصدر أصوات منتظمة-11ش يقلد صوت

12ش يقول ماما ويستجيب للأصوات- أقل من سنتين يقول كلمة أو اثنين- يميز الاسم- يقلد أصوات يعرفها- يفهم تعليمات بسيطة

18ش يعرف من خمسة كلمات ل 20 بما فيها الاسماء

1-2 س   جملة من كلمتين- يشاور باى باى- يقلد صوت الحيوانات, ممكن يستخدم كلمة ثانى عندما يريد اكثر – يفهم كلمة لأ- ويعرف 50 كلمة

و تزداد قدرة الطفل الفعالة في المفردات أي فيالكلام و الفهم للكلمات إبتــداءا من العام الثاني

2-3س يميز أجزاء الجسم- يقول أنا- يستخدم جمل قصيرة من اسم وفعل- يميز ثلاثة الوان, ويصف كبير وصغير-يحب يسمع قصص مكررة- كلمات اكثر

3-4س يحكي قصة- يعرف اسمه بالكامل وعنوانه وبعض الأغاني- كلمات أكثر وجمل أطول

4-5س يميز الالوان والاشكال- يسأل لماذا؟- جمل بها قواعد نحوية

5-6 س : يعرف الابعاد (فوق تحت, قريب بعيد)-يميز اليمين من اليسار- يستخدم كل الجمل.

عند تأخر النطق:

1- معرفة السبب(صعوبات تعلم- فقد حاسة السمع- مهمَل لا أحد يتكلم أمامه-الولادة المبكرة- مشاكل فى الجهاز العصبى- تأخر نمو- فى مواقف أمام الناس فقط)

2- التعامل المبكر: تحدث الى طفلك من ميلاده ليتعود السماع- استجيب لأصواته- احكى قصص- لاتجبره على الكلام- يسمع أناشيد للأطفال- عندما ينطق كلمة كمل له الجملة- لا تنتقد أخطاء كلامه بل انطق الصحيح

كيف أعالج تأخر اللغة عند طفلي؟

يسير برنامج تنشيط اللغة في محورين متكاملين هما:

- برنامج الإرشادات العائلي.
- التدريب المباشر أو التأهيل اللغوي (من خلال جلسات التخاطب أو التدريب مع الام إذا كانت مؤهلة)

اخبر طفلك انك تحبه ..احتضنه..ربت على كتفه او ظهره ..ودائما اظهر تقديرك لاي مواهب او قدرات ومهارات خاصة ..ايضا اظهر تقديرك عندما تجد ان طفلك يسير في الاتجاه الصحيح

ويتلقى الطفل جلسات التخاطب بالإضافة إلى تدخل الأهل في المنزل وذلك في عمر اكبر من عامين

المحور الأول : الإرشاد العائلي

يلعب المحيط المباشر للطفل (عائلته) دورا مهما فنوع و كثافة التفاعل الذي تبادر به الأسره او تستجيب له ايجابيا او تشجيعه يغير الي حد كبير من نوع السلوك الذي يظهره الطفل

أمثله للإرشادات العائليه:

المرحله قبل اللفظيه (من شهرين وحتى سنة)*

للايقاظ: نضبط المنبه قبل الميعاد بـ 20ق للافاقه، ومنبه آخر بعيد عن السرير فى الميعاد بالضبط ليقوم من السرير

– قف خلف الطفل واصدر صوتاً . كافئ الطفل عندما يدير رأسه باتجاه مصدر الصوت . تدريجياً ابتعد عن الطفل إلى أماكن مختلفة في الغرفة ، وإصدار الصوت وكافئ الطفل عندما يلتفت باتجاه مصدر الصوت

–التحدث عن ما يلفت نظر الطفل مما يدور حوله في البيئة المحيطه مع بدء التنبه لأي محاوله من جانب الطفل للتعبير عن نفسه

– استخدام جمل واضحة و سهله بسيطة عند التحدث مع الطفل عن الأحداث اليوميه التي يقوم بها مثل الاستحمام و الطعام و تغير الملابس وهكذا

–استخدام بعض الأصوات والتعرف على اسم المصدر مثل صوت الحيوانات

– استخدام بعض الإشارات المصاحبه للحدث مثل اشارة باي عند الخروج

–تعريف الطفل بالأشكال والألوان التي يستعملها في حياته اليوميه و يمكن استخدام الصور او اللعب التي تمثل المجموعات المختلفة مثل ادوات المطبخ – الحيوانات – انواع الملابس وانواع الطعام – مع تشجيع الطفل على الإشاره و تسمية المجموعات

إعطاء الطفل التعزيز المناسب عند اداء أي استجابة مثل التصفيق

*المرحله اللفظيه (من سنة لما فوق)

عندما يصدر الطفل صوتاً قلده– اختر صوتاً سمعت الطفل يصدره بشكل متكرر و امسك الطفل من كتفيه وجهك بوجه الطفل وقل(قل الصوت)

أدمج صوتين يستطيع الطفل إصدارهما ويصبحان كلمة مثل ما ... ما ، با : بابا ، با .... ب : باب ، الخ) استخدم التقليد عندما يتمكن الطفل من قول كلمة واحدة ، أضف كلمة أخرى تكرارما يقوله الطفل مع تصحيحه اذا كانت هناك بعض الأخطاء النحوية او الأخطاء في النطق

تكرار ما يقوله الطفل مع إطالة الجملة

الحديث عن المجموعات المختلفة مثل ادوات الطعام – وسائل المواصلات – اعضاء الجسم – الحيوانات – الملابس – وغيرها مع توضيح استخدام كل منها عند تعلم الطفل كلمه جديدة يجب اعطاء الطفل التعزيز المناسب لها اعطاء الطفل احساس ان كلامه مسموع و مفهوم حتى لو كان غير ذلك التوقف لمده بسيطة بعد الكلام مع الطفل و ذالك لإعطاء الفرصه له للمشاركة في الحوار

جمع الاشياء من الارض ووضعها في سلة وهذا التدريب الغرض منه اطاعة الاوامر وكذلك التعود على النظام ويجب ان نجمع الاشياء مع الطفل اذا صرخ او رفض امسكي يد الطفل ودربيه كيف يلم الاشياء

المحور الثاني: برنامج التأهيل اللغوي (التدريبات اللغوية المباشرة) يجب أولاً تصحيح المشاكل السمعية' العصبية ' البصرية او أي سبب للتأخر اللغوي ثم نقوم بتنشيط عام للغة من خلال الخطوات التالية:

*التحكم في انتباه الطفل :

يتم مساعدة الطفل للتركيز و شد الانتباه إلى الشيء المفضل لديه سواء سمعي أو بصري (يفضل أن يترك للطفل حرية الاختيار) ثم الانتقال تدريجيا إلى تعديل انتباه الطفل ليتجه قليلا بعيدا عن الشئ الذي يثير انتباهه و يجب إعطاء الطفل الوقت الكافي لتحويل انتباهه مما يقوم به إلي المخاطب له ثم العودة إلى ما يقوم به مرة أخرى ثم ربط التوجيهات اللفظية بما يقوم به عمليا بدون الحاجة الى التوقف عما يقوم به و النظر إلى المتحدث وبذلك تكون اكتملت قدرة الطفل على الانتباه.

تنمية المهارات الذهنية الغير لفظية: *

1- الإدراك البصري و التآزر البصري الحركي:

ويتضمن تطابق الأشكال والبازل البسيط (البدء بأشياء حقيقية وبعد ذلك الصور) و النشاط التركيبي: التصنيف والتطابق للالوان ، الاشكال ، الاحجام، الكمية – الحجم والكمية: باستخدام المتشابهات و المتضادات باستخدام الصور– فهم الاماكن : يحتاج للتدريب بالكلام والاشارة (فوق ، تحت، خلف و امام) .

2–فهم المعنى الرمزي (فهم الرموز):

– اللعب التمثيلي:

ويكون باستخدام اللعب الكبيرة الحجم المشابهة للواقع، اللغة البسيطة تستخدم مع اللعب

اللعب باستخدام اللعب صغيرة الحجم :

وذلك بعد فهم الطفل اللعب التمثيلي وتهيئتة للرموز الممثلة في اللعب الصغيرة ، تستخدم اللغة بصورة اكبر مصحوبة بفعل اللعب والمساعدة لتكوين الحوار.

–الصور:

يجب فهم ان التدريب باستخدام الصور يجب ان يأتي بعد التأكد من فهم الطفل للمجسمات (اللعب بالعروسة الحقيقية).

– الاشارة :

مثل إشارة باي مع كلمة باي، وكذلك إشارة هات مع كلمة هات....

فهم الكلام : *

في المراحل الاولى يعتمد على فهم اللغة عن التعبير بها و يتمثل دور الأهل في استخدام جمل قصيرة و واضحة

استخدام اسمين مترابطين – استخدام اسم مع فعل– استخدام اسم مع صفه

اللغه التعبيريه:

تبدأ من المرحله التاليه من مستوى الطفل اللغوي و نزيد طول الجمله للطفل من كلمة مفردة إلى جملة من كلمتين إلى جملة من ثلاث كلمات.. وذلك عن طريق التركيز على المحتوي و المعني و ليس الأصوات, تدعيم الطفل على اللغه التعبيريه و التصحيح الغير مباشر

الفطام المبكر المفاجئ المحبط العشوائي يؤدي للاشتياق للرضاعة الناتج عنه عمليه المص ,عناد, الحاح,عنف, لعب بأشياء خطرة,بكاء, اضطراب النوم, تبول ليلي وقتي ثم يعود لطبيعته ثانية وقد يتولد لديه خوف, قلق

زيادة التعبير اللغوي عن طريق:

• تكمله الجمل الناقصه للطفل (الطفل قال : فستان – قولي له : عروسة لابسة فستان..شاطر)

• أعطاء سؤال مباشر للطفل (اسألي الطفل العروسة لابسة فستان؟)

• أطالة اللغه التعبيريه للطفل (الطفل يقول: بية تمشي- انتي تقولي: آآه عربية تمشي)

توجيه بعض الأسئلة البسيطة للطفل لحثه على نطق بعض الكلمات دون الضغط عليه مثل احمد عاوز القطه ولا الكلب ؟ فيرد بأحداهما او ما هذا احمد ؟ فإذا لم يرد الطفل يقوم المدرب بالأجابه

تعليمات عامة

– يتم اختيار المنبه الأسهل فالأصعب مثلا بالنسبة لأعضاء الجسم نبدأ بالفم او العينين ثم نتدرج حتى نصل الي البطن او الرقبة او الظهر و هكذا تكرر هذه المنبهات بعد عدة جلسات مع تغير احد المنبهات فمثلا اول جلسة عين فم أذن و الجلسة الأخرى عين انف أذن وهكذا

أثناء التدريب يتم نطق المنبه الذي تم اختياره في جمل بسيطة و سهله و في اكثر من شكل حتى يستطيع الطفل فهمها وتقبلها

– محاولة جعل الجلسة تدور في موضوع واحد و تهيئة الأنشطة المختلفة للتدريب على هذا فمثلا يكون الهدف هو التدريب على بعض وسائل المواصلات مثل القطار أو الطائرة فتحول كل الأنشطه لخدمة هذا الهدف اذا امكن فمثلا بعد 30 دقيقه المحدده لهذا يتم غناء أنشودة بها نفس الأشياء و تلوين نفس الأشياء و أثناء التدريب اليومي نقوم بتركيب و عمل نفس الأشياء و في اللعب الحركي يمسك الأطفال بعضهم البعض لعمل قطار مع تقليد صوت القطار وهكذا ويمكن ان نبدأ بالإنشاد مثلا اذا ما وجدنا الطفل غير مهيئ للجلسة و ذلك لشد انتباهه وتدريبه علي النفس العميق

فيما يلي أعمال يجب أن تعلمي الطفل القيام بها لتحسين كلامه:

1- النفخ في الماء

فترة التسنين عند الطفل مرحلة خطرة ومهمة قد لا تستطيع الأم التعامل معها خصوصا مع تزايد صراخه وعدم قدرتها على تفهم ما يعانى منه من مشاكل

2- نفخ فقاعات الصابون
3- نفخ قطع نت الورق على الأرض
4- استخدام الريش وورق الشجر
5- السعال
6- التثاؤب
7- فتح الفم مع اتساعه

المهم جدا تعلم الطفل القراءة والكتابة في سن مبكرة جدا قبل الذهاب إلى المدرسة بفترة طويلة

- تشجيع الطفل على الرسم من عمر سنتين وعندما يكون ثلاث سنوات أبدي بتعليمه رسم الحروف وكتابتها وكلمات بسيطة
- ضعي أصابع الطفل على الأنف والخد والجبة وصدرك وأنت تتكلمين ودي الطفل بتحسس بيديه الحركات التي تحدث عندما تتكلمين ويحس بالذبذبات التي يحدثها الصوت
- دعي طفلك يحس بحركات شفتيك مستخدما أصابعه عندما تتحدثين معه استخدام اللسان كذلك في التعلم:

أ- إفراج اللسان
ب- توجيه اللسان نحو النف
ت- توجه اللسان نحو الخد
ث- تحريك اللسان من احد ركني الفم إلى الآخر
ج- لمس اللسان لحافة اللثة خلف أعلى اللسان كما لو كان يقول (ت)

النطق: *

عند أكتمال السياق المضموني للغه التعبيريه نبدأ في ضبط الأصوات (الحروف) الغير سليمه .. وهذا في غاية الأهمية فلا يجب التركيز على تعليم الطفل مخارج الحروف ونطقها بطريقة صحيحة إلا بعد أن يتمكن من قول جملة من ثلاث كلمات بمفرده وبدون مساعدة..فكثيراً من إختصاصيين التخاطب يهتم

هناك عدة علامات للتسنين كالعصبية الشديدة وفقدان الشهية لدى الطفل إضافة إلى الاستيقاظ كثيرا أثناء النوم مع محاولات مستمرة لشد الأذن

بمخارج الحروف عند البدء مع الطفل.. ويركز على كيفية جعل الطفل ينطق حرف واحد فقط طوال الجلسة ..ويعدل للطفل مرات ومرات .. مما يحبط الطفل ويجعله يكره جلسات التخاطب ويكره الكلام.

والأستجابه الصحيحة التي تصدر عن الطفل تكافأ و تعزز فورا.

التدريب الجماعي والفردي

لا شك ان التدريب الفردي يتيح لكل من المدرب و الطفل تركيزا أعمق و بالتالي نتائج افضل في التدريب و لكن قد يكون ذلك على حساب التفاعـــل الاجتمـــاعي للطفل.. لذا فأنه من المفضل ان تكون بداية البرنامج العلاجي اللغوي على هيئـــه تدريب فردي مع اندماج تدريجي في تدريب جماعي وسط مجموعه من الأقـــران متكافئة الجوانب اللغوية و الفكرية و الحركية و السنية.

يمكن للأهل تشجيع طفلهم على تناول الفاكهة والخضروات المفيدة لصحته، من خلال تقديمها له فى شكل قطع صغيرة، بدلا من تقديم الثمار كاملة

التهتهه:

Stuttering is a speech disorder in which the person repeats or prolongs words, syllables or phrases (To hesitate in speech, halt, repeat, and mispronounce or transpose certain consonants in speech.)".

ALSO:

- Problems starting a word, phrase or sentence
- Speech may come out in spurts
- Words with certain sounds are substituted for others (circumlocution)
- Rapid blinking Trembling lips Foot may tap Trembling jaw Face and/or upper body tighten up (when trying to talk)
- Some may appear out of breath when talking
- Interjection, such as "uhm" used more frequently before attempting to utter certain sounds

The person with a stutter may also stop during speech and make no sound for certain syllables. People who stutter often find that stress and fatigue make it harder for them to talk flowingly, as well as situations in which they become self-conscious about speaking, such as public speaking . Most children who stutter find that their problem eases if they are relaxed.

Stuttering is common when children are learning to speak. However, the majority of kids grow out of this stage of initial stuttering. For some, however, the problem persists and requires some kind of professional help, It is important that parents do not add to a child's stress by drawing too much attention to the problem when they are trying to communicate verbally. The calmer a child feels the less the symptoms tend to become.

What causes stuttering?

-Developmental stuttering especially early when their speech and language skills are not developed enough to race along at the same speed as what they want to say. The majority of children experience fewer symptoms as this developmental stage progresses until they can speak flowingly.

-Neurogenic stuttering - when the signals between the brain and speech nerves and muscles are not working properly In rare cases

-Psychological factors- may make stuttering worse for people who stutter, such as stress, embarrassment, etc., but they are not underlying long-term factors.

What are the risk factors?

-Family history - approximately half of all children who have a stutter that persists beyond the developmental stage of language have a close family member who stutters. If a young child has a stutter and also a close family member who stutters, his/her chances of that stutter continuing are much greater.

-Age when stutter starts - a child who starts stuttering before 3.5 years of age is less likely to be stuttering later on in life. The earlier the stuttering starts the less likely it is to continue long-term.

-Time since stuttering started - about three-quarters of all young children who stutter will stop doing so with one or two years without speech therapy. The longer the stuttering continues the more likely it is that the problem will become long-term without professional help

-Sex of the person - long-term stuttering is four times more common among boys than girls.

When to seek professional help?

When The child's stuttering has persisted for over six months

When the stuttering occurs more frequently

When it is accompanied with tightness of the facial and upper body muscles

هناك علاقة وثيقة بين تناول الفاكهة والخضروات والتمتع بصحة جيدة، إذ ثبت أن اتباع نظام غذائى يشتمل على حصتين من الفاكهة وثلاث حصص من الخضروات يوميا على الأقل يتمتع بتأثير إيجابى على الصحة

When it interferes with the child's schoolwork

When it causes emotional difficulties, such as fear of places or situations

When it persists after the child is 5 years old

What is the treatment for stuttering?

ماهو علاج التهتهه؟

التقييم الجيد او التشخيص مهم وحيوي لانه يحدد اكثر علاج مناسب للتهتهة

علاج التأتأه او التهتهه يهدف لتعليم الفرد مهارات او استراتيجيات او سلوكيات تساعده علي التواصل اللغوي وذلك يتضمن ما يلي: 1-Fluency shaping therapy علاج طلاقة أو سلاسة اللسان عن طريق اولا التحكم في معدل الكلام

وهذا يتضمن التحدث بسلاسة وبمعدل بطيء جدا واستخدام جمل وعبارات قصيرة

ويتعلم الشخص ان يمد الحروف الساكنة وحروف العلة مع المحافظة علي تدفق الهواء باستمرار

مع الممارسة يتعلم الفرد تدريجيا ان يتفوه بكلام سلس وبسرعة اكبر وجمل طويلة

ويحقق الفرد معدلات اكبر للنجاح علي المدي الطويل اذا استمر علي المتابعة في الجلسات وذلك يقلل من معدل الانتكاس

ثانيا التحكم في التنفس

وفيها يتعلم الشخص كيف يتحدث طويلا مع المحافظة علي معدل منتظم للتنفس

اضف علي ذلك التحكم في التنفس والصوت اوالنطق(عن طريق الشفاه والفك واللسان)

2-Stuttering modification therapyالعلاج عن طريق تعديل التأتأه

وهدفنا هنا هو تعديل التأتأه ليس لازالتها نهائيا ولكن لتصبح اسهل ويبذل فيها مجهود اقل

يعتبر النوم عنصرا شديد الأهمية للحفاظ على صحة الطفل، واعلمى أن طفلك عندما ينام فإن خلايا جسمه تبدأ فى تجديد نفسها، كما أن النوم يساعد على نمو جسم الطفل

هذه الطريقة في العلاج تعتمد اساسا علي ان التوتر سبب في زيادة التأتأه لذلك فان تقليل الخوف ومحاولة مواجهتها وعدم تجنبها سوف يقلل منها Charles Van Riper هو من طور او انشأ هذه الطريقة في العلاج وهي تتضمن اربع مراحل:

اولا مرحلة التعريفIdentification : وهي تتضمن ان يقوم المعالج مع المريض بتحديد السلوكيات الاساسية والثانوية والمشاعر والمواقف attitudes المصاحبة للتأتأة

ثانيا مرحلة التعرض التدريجي desensitization

بان يقوم المريض بتجميد السلوك المصاحب للتأتأة كمحاولة لتقليل الخوف والتوتر وذلك عن طريق مواجهة الكلمات والمواقف الصعبة وتعمد التأتاة بدلا من تجنبها (التأتاة المتعمدة)

ثالثا مرحلة التعديلModification ويتعلم فيها المريض التاتأة السلسة بحيث يتعلم تطبيق مايلي

1-الالغاء او ايقاف الكلام الصعب للحظة ثم اعادة الكلمة cancellations'

2سحب الكلمات الصعبة وتحويلها الي كلام سلس'pull-outs'

3-تحضير الكلمات التي يتهته فيها وتوقعها واستخدام تأتأة ايسر في هذه الكلمات'preparatory sets'

رابعا مرحلة الاستقرار(Stabilization والتي فيها يتدرب المريض علي عمل الخطوات السابقة من تحضير للكلمات وتحويلها تلقائيا وفيها تتحول نظرة المريض لنفسه من شخص يتهته الي شخص يتهته قليلا من حين لاخر ولكنه معظم الوقت يتحدث بانسيابية

3-جهاز الانسيابية الاليكترونيElectronic fluency devices-

بعض المرضي يستجيب جيدا لهذا النوع من العلاج ولكن البعض الاخر لايستجيب

وفيه يستمع المرضي لاصواتهم بطريقة مختلفة عن طريق حجب تأثير التهتهة كأن يتحدث المريض في مجموعة كما يحدث اثناء الغناء او الصلاة وبالتالي تختفي التهتهةmasking

عدم حصول الطفل على كفايته من النوم قد يؤدى لعدم نموه بطريقة صحيحة وإلى مشاكل فى جهازه المناعى

هناك بعض اجهزة السمع توضع في الاذن فتحدث نوع من صدي الصوت يوحي للمريض وكانه يتحدث في مجموعة مع غيره.

معظم المرضي يستطيعون الغناء بدون تهته كذلك التحدث في مجموعة يحدث نفس التاثير لديهم

كيف تتصرف عندما تتحدث مع شخص يتهته؟؟؟؟؟

قد يحدث ان يتحدث شخص مع المريض فيصرف نظره عنه عندما يتهته او يحاول مساعدته في تصحيح الكلمات او ايجاد الكلمات المفقودة وتكملتها او يتجنب الحوار معه نهائيا

من المهم معرفة ان الشخص الذي يتهته يريد ان يتحدث معك مثل اي شخص عادي ويريدك ان تعامله كما تعامل اي شخص اخر-فلابد ان تركز علي محتويات وموضوع الحوار وعلي المعلومات التي تجمعها منه وليس علي طريقة توصيله لهذا الكلام.

يتوتر المريض عندما يعلم انه ياخذ وقت اكبر للكلام وهذا يجعله يحاول ان يسرع اكثر وبالتالي يجعل الوضع اسوأ ولذلك علي المستمع ان يبدي صبرا وهدوءا اكبر عندما يستمع له

ويجب ملاحظة ان اعطاء المريض نصيحة بان يأخد نفسا عميقا او يسترخي قد يجعل المريض يتوتر اكثرفالتهتهة ليس سهلا التغلب عليها ولن تختفي بمجرد اخذ نفس عميق

- تحدث بهدوء ببطء أمام الطفل الذي لديه تهتهه لكن لا نقول له اتكلم بالراحة. -التكرار،والتطويل،والهمس،والتحدث،والكتابة المتزامنة

- اجعل المحادثات فى البيت بطيئة-تدريبه على التنفس المنتظم أثناء النطق-

تشجيعه علي التحدث امام الأخرين بفواصل زمنية محددة والقراءة الجماعية -تعزيزه عند طلاقة اللسان-الصبر في الاصغاء له-عدم إجباره علي تكرار الكلمة الصعبة.

أن تبدئي فى تعويد طفلك على النوم مبكرا بعد أن كان ينام متأخرا عن طريق وضع نظام أو روتين معين للنوم يهيئه لهذا الأمر

اللجلجة:

ولقد وجد جونسون ان الطفال اللجلاجين خضعوا لضغوط أكثر من غير اللجلاجين فيما يتصل بالفصام weaning pressures من الزجاجة الى الكوب، وفي التدريب على الاخراج، وقررت أمهاتهم أنهن كن يستخدمن الأسلوب العقابي أكثر من الأسلوب التسامحي أو التعزيزي (تقديم المكافآت). وكان آباء الأطفال المصابين أكثر قلقا حول عدم الطلاقة في الكلام عند أطفالهم

ولقد وجد أن أكثر من نصف الذين يتلجلجون يبدأون في ذلك سن الرابعة او الخامسة، ومعظم حالات اللجلجة لها منبع أو مصدر نفسي إنها عرض Symptom من أعراض سوء التكيف الاجتماعي social maladuistment

وينشأ من حالة الخوف أو إدراك الذات الزائدة أو اليقظة الذاتية أو اللوم الذاتي self-conciausness ومن الشعور بالنقص a fiiling of inferiority والشعور بالتهديد أو الاسراف في الاشراف الوالدي

ولقد وجد جونسون ان الطفال اللجلاجين خضعوا لضغوط أكثر من غير اللجلاجين فيما يتصل بالفصام weaning pressures من الزجاجة الى الكوب، وفي التدريب على الاخراج، وقررت أمهاتهم أنهن كن يستخدمن الأسلوب العقابي أكثر من الأسلوب التسامحي أو التعزيزي (تقديم المكافآت). وكان آباء الأطفال المصابين أكثر قلقا حول عدم الطلاقة في الكلام عند أطفالهم

ولقد وجد أن أكثر من نصف الذين يتلجلجون يبدأون في ذلك سن الرابعة او الخامسة، ومعظم حالات اللجلجة لها منبع أو مصدر نفسي إنها عرض Symptom من أعراض سوء التكيف الاجتماعي social maladuistment

وينشأ من حالة الخوف أو إدراك الذات الزائدة أو اليقظة الذاتية أو اللوم الذاتي self-conciausness ومن الشعور بالنقص a fiiling of inferiority والشعور بالتهديد أو الاسراف في الاشراف الوالدي

عندما يتعرض الطفل لأزمة إنفعالية فإنه ينتكص في حديثه ويرتد الى حديث الأطفال الرضع Baby talk بعد أن يكون قد وصل الى مرحلة الحديث الواضح، وقد ينتج هذا الانفعال من المناقشة المباشرة بين الطفال. فاللجلجة مؤشر جيد على

يمكنك أن تستخدمى شاى الكاموميل لتهدئة طفلك ومساعدته على النوم مع إضافة ملعقة أو ملعقتين من العسل على أن يكون الطفل قد بلغ على الأقل 12 شهرا

وجود اضطراب نفسي لدى الطفل، ولا بد أن القلق والتــوتر يكمنـــان وراء المشكلة. وقد تكون تعبيرا لا شعوريا للرغبة، في العودة الى مرحلـــة الرضـــاعة فالطفل الغيور jealous والذي هو بالتالي غير آمن inscured يرغب بالتأكيد في العودة لحالة الطفلية حيث كان يتمتع بالاعتماد على الغير

وتحدث زيادة اخرى في منحنى اللجلجة عند بداية الذهاب للمدرسة وفي هذه الحالة تكون المشكلة عبارة عن توتر عصـــبي nervous strain نـــاتج مـــن التكيف للسلطة المدرسية الجديدة وللأطفال الآخرين وللروتين المدرسي

أو أسباب عضوية أو بيئية

للتعامل:

1- لا تلوم أو تضايق طفلك المفضل
2- لا تعط كلام الطفل كل الانتباه
3- لا تصر على أن الطفل يقول الأشياء بطريقة معينة
4- لا تتدخل فيما يرويه الطفل من وصف أو روايات
5- لا تزعجه بطلب ضرورة سبق كل طلب "من فضلك"
6- حاول أن تساعد الطفل للتكيف لمخاوفه أو مشاعره بعدم المواءمة
7- أعطه الثقة بالنفس self-confidence
8- اجعله يوجه انتباها أقل لذاته بالاستماع الى ما يقوله أكثر من اهتمامه بكيفية قوله

يمتلئ الموز بالهورمونات والمعادن التي تساعد على النوم فهو يحتوي على الميلاتونين والسيروتونين اللذين يعملان على تهدئة الطفل، كما أنه يحتوي على الماغنسيوم الذي يعمل على جعل العضلات تسترخي

ومن المناهج المستخدمة في علاج اللجلجة وغيرها من العادات الحركية كأخطاء الطباعة واللوازم motor habits tics عن طريق إقناع المريض لكي يكرر الفعل الغير مرغوب فيه مرات عديدة

الى حد شعور المريض بالتعب والارهاق exhaustion حتى ينتج عن ذلك درجة عالية من القمع او المنع inhibition كرد فعب معاكس والا فإن "اللازمة" تعزز وتؤيد وتتدعم وتقوى بدلا من أن ينالها الضعف والذبول، ومن أمثلة هذه الحالات أيضا حالات صرير الأسنان أو حك الأسنان Bruxian

الطفل المعاق عقليا

الأسس السيكولوجية لطريقة " ماريا منتسوري " في تربية الأطفال المعاقين عقلياً:

القانون الأول:

التركيز على أهمية مخاطبة عقلية مثل هؤلاء الأطفال وأن تكون الأنشطة المقدمة في مستوى أقل من تلك التي تقدم للأطفال العاديين

القانون الثاني:

مراعاة خصائص التطور العقلي للأطفال المعاقين عقلياً ومراعاة ميولهم . يجب أن تهتم التربية بالمثيرات الغنية التي تؤدي إلى إشباع خبرة الطفل إذ أن الطفل " المعاق عقلياً " يمر بلحظات نفسية يكون استعداده العقلي فيها لتقبل المعلومات قوياً فإذا نحن تركنا هذه اللحظات تمر هباءً يكون الوقت المناسب قد مضى

القانون الثالث :

يجب العمل مع الطفل في الفترات التي يجد فيها الطفل نفسه ميالاً إلى إشباع ميوله

القانون الرابع :

إعطاء الطفل المعاق عقلياً القدر الكافي من الحرية

طرق تطبيق الأسس السيكولوجية:

1- تدريبات تقدم لتأهيل الطفل المعاق عقلياً للحياة العامه العملية

الوسائل التربوية المونتسورية

تعليم منتسوري يعتمد على الأدوات والخامات أكثر من الكتابة ويعتمد على التدرج

استخدام مجموعات من الأشكال الهندسية المختلفة و مجموعات من علب خشبية ذات أحجام مختلفة مرقمة من واحد إلى عشره و ألواح خشبية ذات أوزان مختلفة و أشكال هندسية مختلفة (أشكال هرمية و مخروطية و اسطوانات و دوائر وألعاب يمكن إدخال الأشكال الهندسية ببعضها)- مجموعه متنوعة من الأجراس

نوم القيلولة لمدة ساعة بعد الغذاء،يساعد الأطفال من عمر ثلاثة إلى خمسة أعوام على تعزيز التعلم وتقوية الذاكرة وزيادة أنشطة مراكز المخ وأن الأطفال الأكبر سنا سينخفض نومهم بشكل طبيعي خلال النهار

المتدرجة النغمات الصوتية و مجموعة أقمشة مختلفة و مجموعة أوراق ملونه و مختلفة وكذلك لعبة مزدوجة الأنغام الموسيقية و مجموعة بكرات خيوط ذات ثمانية ألوان ولكل بكرة ذات ثمانية ألوان فرعية- أقمشة لها سوست وأزرار مختلفة الأشكال والألوان-مجموعه من الأحرف الخشبية و بطاقات لتعليم الكتابة و القراءة (الصورة والكلمة)

وقد تميز برنامج منتسوري بأدواته العلمية (منها منطقة الأنشطة الحياتية وتهدف إلى مساعدة الطفل على تطوير مهاراته الاجتماعية وفن التعامل مع الأخر واحترامه وبناء الثقة بالنفس وحرية الرأي والحركة واتخاذ القرار والاعتماد على ذاته والاهتمام بنفسه وبيئته لخدمة نفسه وغيره وتقوية عضلاته الصغيرة)

انفعال الغضب يأخذ بالتميز في سن الثالثة من عمر الطفل وما فوق ويكون انفعال الغضب كتعبير عن عدم رضاه، واحتجاجه على القيود والأوامر التي تصدر اليه من أمه وأبيه

2- تدريبات تقدم للطفل المعاق عقلياً لتربية الحواس

أساس التنمية الفكرية وضع منهج لتدريب كل من الحواس التالية:

*منهج تدريب حاسة اللمس:

مثلا فك الأزرار وتركيبها- تعبئة الخرز- تشغيل السوستة - فك وربط الأحذية-تدريب اليد على التمييز باللمس البارد ، الساخن ، الخشن ، الناعم ، اللين ، القاسي ، الأحجام ،الأشكال ، الأوزان..

*منهج تدريب حاسة السمع:

التمييز بين الصوت الرفيع والأجش ، بين الصوت العالي والمنخفض

بين الصوت البعيد والقريب و التمييز بين مختلف الأصوات .. يميز الطفل جميع هذه الأصوات وهو معصوب العينين

*منهج تدريب حاسة الشم:

وهو معصوب العينين يميز الطفل بين الروائح المختلفة مثلاً أوراق شجر ، أوراق عاديه ، رائحة الاحتراق ، رائحة الخبز الطازج و المعفن و تمييز بين مختلف الروائح

*منهج تدريب حاسة التذوق:

وهو معصوب العينين يتعلم الطفل التمييز بين مختلف المذاقات الحامض و الحلو وبين مختلف أنواع المأكولات

3-تدريبات تعليمية تهدف إلى إكساب الطفل المعاق عقلياً معلومات أو خبرات أو مهارات معينة

تعليم الكتابة للطفل المعاق عقلياً : "

يمكن تدريب العضلات وتشكيلها ولهذا فالمقدرة على الكتابة من الممكن أن يتعلمها الطفل المعاق عقلياً القابل للتعلم

من المهم أثناء تعليم الطفل الكتابة أن نفحصه ونلاحظه وهو يكتب وليس المهم مدى صواب الكتابة في حد ذاتها

وتعليم الحروف يشابه تعليم الأشكال فكما أن الأطفال يتعلمون تمييز الأشكال الهندسية عن طريق اللمس أولاً ثم عن طريق النظر كذلك نجد أن " ماريا منتسوري " تنصح باتباع هذه الطريقة في تعليم الحروف فتصنع الحروف من خشب أو من ورق مقوى وبلمس الأطفال لهذه الحروف يتعلمون أسماءها الواحد بعد الآخر أثناء عملية اللمس فإذا أجاد الأطفال هذه المرحلة الأولى من التمرين فإنهم يجدون متعة كبيرة في التعرف على الحروف عن طريق اللمس (وعيونهم مقفلة ثم ينتقلون إلى التعرف عليها عن طريق البصر فتعرض عليهم الحروف مكتوبة على الورق) ، ويتعلم الأطفال مخارج الأصوات للحروف في نفس الوقت فيتدرب الأطفال على تحليل الكلمات المنطوقة إلى أصواتها فإذا أجادوا ذلك فقد حان موعد القراءة

تظهر ظاهرتا الانطواء والانبساط اكثر ما تظهر في الميدان العاطفي الانفعالي، فالمنطوي يؤثر العزلة والاعتكاف ويحب الانفراد، ويميل الى التهيب والخجل والحساسية المفرطة

تعليم القراءة للطفل المعاق عقلياً : "

تصر " ماريا منتسوري " على عنصر الفهم في القراءة بل إنها ترفض أن تعطى اسم القراءة لأي شيء خلاف هذا وكما أن الكتابة ليست مجرد نقل الحروف والأسطر التي أمام الطفل كذلك فإن القراءة عبارة عن فهم الفكرة من الرموز المكتوبة وتبدأ دروس القراءة بأسماء الأشياء المعروفة أو الموجودة في الحجرة وهذا يسهل على الطفل عملية القراءة فهو يعرف مقدماً كيف ينطق الأصوات التي تكون الكلمة وخطواتها كما يلي:

يعطى الطفل بطاقة قد كتب عليها اسم الشيء فيكون عمله مقصوراً على ترجمة العلامات المكتوبة إلى أصوات فإذا قام بذلك بطريقة مناسبة فليس على

المعلم إلا أن يقول " أسرع قليلاً " فيقرأ الطفل بسرعة أكبر وتتكرر هذه العملية عدة مرات وقد لا تكون الكلمة مفهومة لدى الطفل في باديء الأمر نظراً لتقطع مقاطعها ولكن عندما يقرأها الطفل بالسرعة المناسبة (تحت إشراف المعلم) تنتقل الكلمة إلى بؤرة الشعور مباشرة فإذا تم ذلك يضع الطفل البطاقة بجوار الشيء الذي تحمل اسمه هذه البطاقة ثم ينتقل إلى قراءة الجمل فتكتب الجمل التي تصف الحركات أو التي تتضمن الأوامر على قطع من الورق ويختار من هذه القطع ويقوم بأداء ما يطلب منه عمله فيها ويجب أن يلاحظ أن الطفل لا يقرأ هذه الجمل بصوت مرتفع فهدف القراءة الأول أن يكتشف الطفل المعاني من الرموز المكتوبة

فالطفل الذي يحرم من إشباع حاجاته الأولية والذي يجد صدا دائما من قبل الكبار حين يريد التعبير عن نفسه لا بد وأن ينزع الى الانسحاب

تعليم الحساب للطفل المعاق عقلياً : "

تستخدم " ماريا منتسوري " في تعليم الأطفال الأعداد مايسمى بطريقة السلم الطويل وهذه عبارة عن مجموعة من عشرة حبال طول الأول متر واحد والأخير طوله عشرة سنتيمترات ـــ يمكن أيضاً استخدام عشر مساطر خشبية بنفس أطوال الحبال ـــ وتنقل الحبال في الوسط بالتدرج ثم تثبت هذه الحبال من طرفيها مكونة سلماً (السلم الطويل) وتقسم الحبال أو المساطر إلى أجزاء ديسميترية (كل مسافة عشرة سنتيمترات) وتنقش المسافات على المساطر أو الحبال بالأزرق والأحمر على التوالي وتستخدم الحبال في تمرينات الحس لتعويد الأطفال التمييز بين الأطوال

وإذا ما تمرن الطفل على ترتيب المساطر أو الحبال طولياً يطلب منه أن يعد الأقسام الحمراء والزرقاء مبتدئاً بالأقصر ثم يعطى أرقاماً لكل مسطرة أو حبل على سبيل التسمية فيستطيع الطفل أن يقول أن المسطرة رقم (1) تحتوي على (...) وحدة من الوحدات الحمراء و (...) وحدة من الوحدات الزرقاء وهكذا في باقي المساطر فيتعلم الطفل مباديء الجمع ولهذا ابتدعت " ماريا منتسوري " أجهزة مختلفة لتعليم العمليات الأربعة في الحساب بطريقة حسية يقبل عليها الطفل بحب فيتعلم أثناء اللعب ما يعجز عن تعليمه للتلاميذ مدرس الحساب بالطريقة التقليدية التي لا تناسب الأطفال المعاقين عقلياً ويستمر الأطفال في استخدام الأجهزة التي تعلم الحساب متدرجين من البسيط الى الصعب.

السنوات من (3) إلى (6) هي مرحلة بناء الفرد إذ أن هذه السنوات هي التي تنمو فيها الذاكرة والتفكير والإرادة . حيث ينهمك الطفل في هذه السنوات في بناء نفسه : فيفضل العمل على اللعب ، والنظام على الفوضى ، والهدوء على الضوضاء ، والاعتماد على النفس لا الاعتماد على الغير ، والتعاون لا المنافسة.

مباديء منتسوري:

1-الحياة الداخلية

هذه الفترة تشمل أول ثلاث سنوات هي ما يطلق عليه " الدوافع الكامنة" حيث يولد الأطفال بدوافع داخلية كامنة داخلهم تخرج عندما توجد الظروف المهيئة لذلك و تتطلب هذه الظروف وجود بيئة صالحة تتميز " بوجود قدر من الحرية/ توافر مثيرات كثيرة متنوعة" و يؤدي عدم وجودها إلى صعوبة ظهور هذه الدوافع بشكل سليم فتظهر في شكل إنحرافات سلوكية ويمكن الإستفادة من هذه الفترة عن طريق ترك الطفل يقوم بما يريد تحت إشراف غير مباشر

2-السنوات التأسيسية

تشمل هذه الفترة اول 7 سنوات من عمر الطفل و تسمى أيضاً " العقل المستوعب" حيث يستوعب الطفل في هذه الفترة المفاهيم الحسية و الإنطباعات الحسية, فيمكن القول ان الطفل يتعلم دون ان يعرف إنه يتعلم

تنقسم هذه المرحلة إلى قسمين:

أ-مرحلة اللاوعي

تمتد من الميلاد حتى سن 3 سنوات, يتميز التعليم في هذه المرحلة بأنه تعليم غير مباشر ,تكون العمليات العقلية منفصلة

ب-مرحلة الوعي

تمتد من عمر 3 سنوات و حتى 7 سنوات حيث يتميز التعليم بإنه تعليم مقصود و تبدأ العمليات المعرفية فيما بينها بالترابط عن طريق الخبرات التي يمر بها الطفل (الذاكرة)

3-الفترات الحساسة

هي فترات إنتقالية في عملية نمو الطفل ,تريد التعبير عن نفسها وذلك في

توجيه النقد الهدام للطفل وذمه وبخس قدراته من شأنه أن يقوده الى الشعور بالنقص وعدم الثقة بنفسه، ومن ثم يلجأ على الانطواء

صورة إهتمام الطفل بشيء معين لفترة معينة يؤدي ممارسة هذا النشاط إلى ظهور مهارة الطفل في القيام بهذا الشيء , هذا يتطلب توافر بيئة مشجعة لهذا الإهتمام حتى لا تحدث إنحرافات في حياة الطفل

من الميلاد: السنتين (نمو المهارات الحركية الكبرى)

السنتين و النصف: 4 سنوات (التآزر الحركي , الإعتناء بالتفاصيل)

سنتين و نصف: 6 سنوات (تنظيم الحواس)

4-العمل و علاقته بالحواس السبع

– العمل هو الخبرة التي يتعرض لها الطفل أثناء اللعب (منظم

به حرية الإختيار– ينسجم فيه الجسم مع العقل– به متعة

يمارس فيه الخبرات الحسية- يكون فيه الطفل في حالة تركيز

-فكل نشاط يمارسه الطفل هو عمل يساهم في تنمية جوانب شخصية الطفل

النمو الإجتماعي– النمو المعرفي– النمو الحركي– النمو الإنفعالي)

5– البيئة الإجتماعية

يحتوي العمل أو اللعب على عنصر الحركة الذي يساعد على إستخلاص المعلومات الحسية من العالم الخارجي , فهناك المعلومات السمعية و المعلومات البصرية من خلال رؤية الأشياء و إتباع التعليمات و هناك أيضا المعلومات الحركية من خلال عنصر الحركة اثناء اللعب سواء الحركات الكبرى او الصغرى و أيضا هناك المعلومات اللمسية "ناعم و خشن....إلخ

هذه المعلومات تتفاعل و تتكامل فيما يسمى بعملية " التكامل الحسي" الذي يساعد الطفل على التعامل مع العالم الخارجي بشكل سليم

فتكرار النشاط يساعد على الربط الحسي بين المعلومات الداخلية و الخارجية ممايساعد على إكتمال عملية التكامل الحسي لدي الطفل"

: أمثلة عامة على تمارين الحياة العملية

تمشيط الشعرالعناية بالأسنان والأظافر....) –العناية بالجسد (غسل اليدين

العناية بالملابس (تعليق الملابس الطي تعلم كيف تزرير الملابس

تنظيف الحذاء المحافظة على الثياب اثناء اللعب خارجا)

التربية الاتكالية حيث يحرم من الفرص التي يتمرس فيها على تحمل المسؤولية والقيام بأدوار قيادية، من شأنه أن تدفعه الى الانزواء

-أداب اجتماعية (أداب الأكل: ترتيب السفرة الأكل والفم مغلق
استقبال الضيوف فتح واغلاق الأبواب بالطريقة الصحيحة وبهدوء
-العناية بالبيئة: غسل الصحون تنظيف الكراسي مسح الغبار
العناية بالنبات داخل المنزل
تحضير الوجبات: الصب استعمال الملعقة غسيل الخضار
توازن الحركات:-
حمل الكرسي بالطريقة الصحيحة (يد فوق الكرسي ، واليد الأخرى أسفل الكرسي وعند وضعها توضع الأرجل الخلفية ثم الأمامية بهدوء)
الحركة حول الطاولة عن قرب شديد ومن دون لمسها
المشي على خط ثم حمل اشياء مختلفة اثناء المشي.

طفل فرط الحركة نقص الانتباه

-يتململ فى مقعده ولا يجلس لفترات طويلة
-صعوبة استمرار الانتباه, أو انتظار دور فى طابور
- لا يستطيع السماع للاخر لفترة طويلة , يقاطع الاخرين أو يجاوب على السؤال قبل انهائه
-لا يتبع التعليمات ولا ينظم حاجياته
-لا يكمل ما يفعله وينتقل من عمل لآخر بدون إنهاء أيهما
-لايستطيع التركيز على التفاصيل ويكرر أخطاءه الناتجة عن عدم التركيز
-يفقد حاجاته
-متقلب المزاج
لحوح فيما يريده ويحتاج لتشجيع دائم -
-تركيزه يتحسن فى حالة:
(مكافأته باستمرارأو وجود نظام صارم أو في المواقف الجديدة أو بالحديث اليه واحد لواحد)
- وأحيانا يصاحبه صعوبة التعلم أو سلوك جانح أو القلق

تزداد نسبة الذكاء، نتيجة لزيادة نمو الجمجمة، وكذلك تزداد الحصيلة اللغوية للطفل، مما يساعده على زيادة سيطرته على البيئة المحيطة به، وتزداد كذلك فرص تفاعله مع المجتمع

الطفل المرن(الأهدأ): منتظم فى مواعيد أكله،نومه. يتقبل المواقف الجديدة (أكل جديد-دخول المدرسة)- يتحمل الاحباط بدون انفجار- فى مزاج معتدل غالب الوقت

I -للتعامل في الفصل:

1.التدريب على اتباع التعليمات:

مثال:اتباع التعليمات المرتبطة بحل المسألة الحسابية مع التقييم الذاتى وتنظيم الذات:

	نعم	لا
1-تأكدت من العلامة الحسابية (+/-)		
2-رتبت الأرقام فوق بعضها البعض ف أعمدة		
3-بدأت بحل المسألة من خانة الآحاد		
4-راجعت الحل		
5-كتبت الأرقام بوضوح		

- للتدريب على الجلوس داخل الفصل وأداء المهام المدرسية :

1- زود الطفل بالتوجيهات اللازمة قبل أن تجعله يجلس ويعمل بشكل مستقل.

2- تأكد من وضوح التعليمات وأن الطفل فهمها قبل أن يقوم بآدائها بشكل مستقل.

3- تأكد من وجود الأدوات اللازمة لآداء المهمة.

4- ارسل الطفل للجلوس ومعه قائمة مكتوبه بالمهام التى يجب أن يقوم بها وعليه أن يقوم بشطب كل مهمة قام بها فى القائمة.

5- زود الطفل بأمثلة مكتوبه لما يجب عليه القيام به حتى يستعين بها.

2. التدريب على سلوك الطاعة:

- اعط الأمر وانتظر لمدة عشر ثواني حتى يستجيب الطفل.
- إذا لم يستجيب أعد الأمر بشكل أكثر وضوحا" مثل "يا أحمد يجـــب أن تلتفـــت باتجـــاه السبورة الآن".
- إذا لم يستجيب للأمر لعشر ثواني تتم الإعادة له بشكل واضح أن يفعل مـــا هـــو مطلوب منه فإذا لم يؤدي المهمة يتم اســـتخدام أســـاليب عقابيه مثل (خسارة مكافأة معينه أو وقت مستقطع يعزل في ركن من الفصل الدراسي).

استخدام المكافأة وليس العقاب (عندما تزعق فى العزل حيكون 8ق لكن لو جلست هادئا يكون 4ق) فالعزل الذى يستخدم عند زيادة الحركة أو الضرب أو الرد الوقح (للطفل العادى 6سنوات هو 6ق) للطفل فرط الحركة نقص الانتباه 4ق فقط.

ودائما نركز على ما يجب أن يفعله صحيحا وليس تصرفه الخاطئ و لا نطلب منه أكثر من عمل في وقت واحد.

– استخدم القليل من المواقف في اليوم للتدريب على سلوك الطاعة ولا بـــد مـــن تـــوفير المعززات بالإضافة إلى الإشادة بأداء الطفل خاصة إذا كان أداء الطفل تبعا للعقد المتفقعليه أو حصل على عدد معين من النقاط مع الاتفاق مسبقا" معه أنه سوف يحصل على تعزيزمعين بعد هذه الفترة.

3.تنظيم الانتباه/جذب الانتباه/تقليل التشتت:

– توجيه السؤال بأكثر من طريقة تجذب فضول الطفل .

– التشويق والوسائل البصرية والسمعية الممتعة (قصص–وسائل تعليمية...).

– استخدام اسم الطفل فى قصة أو مسألة.

– تعزيز الاستجابات الايجابية.

– التجديد فى البيئة.

– جلوس الطفل فى مكان بعيد عن المشتتات السمعية والبصرية .

– استخدم الاشارات الصوتية مثــل الجــرس أو بعض الألعاب التي تصدر أصوات.

– استخدام بعض العلامات المرئية مثل الإشارات الضوئية (باستخدام مـــصباح يـــدوي أوبرفع اليد من قبل المدرس).

– استخدام الألوان (تلوين الكلمة المراد التعرف عليها–الحرف الذى يؤدى الى التشويش)

– استخدام الصور الملصقة على الجدران لكي تجذب انتباه الأطفال لما عليهم أن يقوموابه إذا أرادوا فعل شيء ما مثل رفع اليد قبل الكلام.

– التمثيل العملي للمواقف ورسم المواقف على السبورة للتقريب بشكل تمثيلي للأطفال مـــاذا يراد أو يتوقع منهم أن يفعلوا.

الطفل الصعب (النشيط): عدم انتظام أكله,نومه,مواعيد حمامه,لايتحمل الجديد (بكاء بصوت عالى ,نوبات عصبيه)- لا يتكيف بسهوله ويحتاج لبعض الوقت- يواجه مشكلة فى العلاقات مع الاخر

– استخدام مؤشر أو مسطرة أو الإصبع للاشارة الى المكان الذى تريد للطفل أن يركـــز عليه.

– الاختيار العشوائي للأطفال عند الإجابة على الأسئلة –لا يتيح ذلك الفرصة لتشتيت انتباه الطفل.

–التذكير المستمر بأنك قد تسأل أي طفل في أي وقت أو ستطلب من أي طفل في أي وقت إعادة ما تقوله.

–الوقوف بجوار الطفل الذى يعانى من الاضطراب – وضع يدك على كتفه – أو اجلس الى جواره عند قيامك بالشرح.

–اسأل الطفل الذى يعانى من المشكلة كلما شعرت أنه بدأ فى التشتت.

–تجول دائما" داخل الفصل أثناء قيامك بالشرح/لا تشرح وأنت فى مكان ثابت.

–شاور على المكان الذي تقوم بشرحه في الكتاب أو على السبورة الآن

–قلل من كم الواجبات المنزلية.

–اشرح أجزاء صغيرة في كل مرة.

–استخدم وسائل الإيضاح المختلفة والوسائل التعليمية بدلا" من السبورة (الأفلام التعليمية–الشرائط المسموعة–الكمبيوتر–الكروت–العمل فى مجموعات صغيرة).

–ساعد الطفل على أن يخطط للدرس من خلال اهتماماته المختلفة.

–استبدال الأنشطة المعرفية بأخرى بدنية والعكس.

–اعطاء أوامر محددة وبسيطة للطفل فى كل وقت.

4.ضبط الذات والمراقبة الذاتية:

- قم بعمل اتفاق/عقد مع الطفل على أن يقوم بمراقبة من 1–3 سلوكيات فقط.
- يعطى للطفل نموذج لتقييم سلوكه على مقياس من 1–10 لكل سلوك.
- يقوم الطفل بتقييم وتسجيل سلوكه.
- يقوم المعلم بتقييم نفس السلوك.

مكافأة الروتين(طريقة النجمة)حتي 3سنوات:لمدة خمسة أيام يقوم بالروتين المسائي يأخذ نجمة وعادة ينجح في عمل الأساس فقط في شهرين علي أن تكون خطوات الروتين واضحه ومحدده كذلك عدد النجوم المطلوبة قبل الهدية5مثلا وفي حالة عدم اتمام الخطوات لاعقوبة فقط منع النجمة

- يقوم الطفل بمقارنة ما قام هو بتسجيله وما قام بتسجيله المعلم.
- عزز السلوك الايجابى قدر الامكان.
- انتبه للطفل عند التصرف الجيد عن طريق المكافأت اللحظية واهمل الخطأ, اهم شئ ان نتجاهل الخطأ طوال الوقت ونكافئ الصواب معظم الوقت ثم بعض الوقت عند التحسن

5.دعم التوافق الاجتماعى وتنمية المهارات الاجتماعية:

– اشرح الدور الاجتماعي للطفل داخل الفصل (أين يجلس–كيف يجيب–كيف ينتظر دوره) مع تعليمه مهارات اجتماعية مثل انتظار دوره في الطابور, مبادلة لعبه مع أصحابه, طلب المساعدة, الرد علي المضايقات, فهم مشاعر الأخرين من صوتهم أو وجههم (وجود لوحة بها مشاعروعليه تمييزها) والاسترخاء بنفس عميق بالإضافة إلى المهام المطلوبة منه داخل الفصل.

– قم بتنبيه الطفل باستخدام :إشارة–كلمة –نظرة.... للإيحاء للطفل بأن دوره قد حان.

– أقضي مع الطفل بعض الوقت للحوار واللعب واقامة علاقة طيبة وايجابية.

–يحتاج لتقارب جسدى بالحضن ,الزغزغة, الطبطبة و اللعب بالجسم للتعبير عن الحب

–يتعلم الاباء مع الطفل طرق الاسترخاء التى تساعد على التركيز وتقلل الاحباط و يمارسوها سويا

– حاول شرح استجابة الطفل /استجابته الاندفاعية (والتي قد تكون ليس لها علاقة بالموضوع أو السؤال) – حاول إيجاد مواطن الارتباط بين السؤال والإجابة ان وجدت لمساعدة الطفل على التفكير أولا" مما يساعده على تحسين صورته حول ذاته.

–شجع الطفل على تنمية مهاراته وهواياته والالعاب الحركية مثل تعليم الأناشيد , الجرى , ملاكمه وجودو ليتبع تعليمات سهلة فيثق فى نفسه

–الاستمرارية مع السماح للطفل باللعب مع صديق أواثنين حتى لا يستثار و مساعدته فى تقسيم الواجبات الى مهام صغيرة سهلة ومكافأته عند كل خطوة

لعقاب:اختصر(عملت كذا وعقابك كذا)–لاتتفاوض (مفيش تلفزيون لآني قلت ذلك. تكن حازما

فالمكافأت الكثيرة السريعة مشجعة جدا وعمل نظام ثابت لآى موقف يواجهه والتشجيع الدائم خاصة عندما يتحكم فى غضبه

Parenting tips:

1-Keep things in perspective-Don't sweat the small stuff and be willing to make some compromises-Believe in child-Take care of self

2-Establish structure and stick to it: Follow a routine-Use clocks and timers-Simplify child's schedule-Create a quiet place-Be organized

3-Set clear expectations and rules

4-Encourage movement and sleep-Eating small meals more often

5-Teach your child how to make friends

II-للتعامل في المنزل لاطفال فرط النشاط ونقص الانتباه

اطفال فرط الحركة دائما ملامون ومطالبون بالتصرف على قدر عمرهم ولكن ذلك غير ممكن بالنسة لهم لأنهم يفكرون ويتصرفون اصغر من سنهم

الكثير من أطفال فرط الحركة يعانون كذلك من أعراض قلق مفرطة عندما يواجهون موقفا مقلقا تكون ردود افعالهم احد ثلاث احتمالات:

1-اما انهم يتبلدون ولا يستطيعون اتخاذ اي رد فعل

2-يلجأون الى تجنب الموقف بالانسحاب والتراجع بعيدا عن المشهد

3-او انهم يلجأوون الى التصرف بغضب لاخراج انفعالاتهم وبالتالي حماية أنفسهم وتخفيف القلق

إن قدرة تحمل هؤلاء الاطفال للاحباطات ضعيفة،عندما يواجهون أي مشاكل أو مهام صعبة سرعان مايحدث لهم اعتلال في المزاج, فعندما يقوم أحد الابوين بوضع بعض الضوابط وإعطاء إرشادات للطفل فانه لا يتوقع منه التصرف من منطلق غضب أو خوف لكنه يعتبر ذلك تحديا جديدا مقلقا له يزيد من تصرفه باسلوب سلبي فيتم عقابه مما يؤدي الى تصاعد الموقف.

هناك نصائح للحصول على نتائج ايجابية معهم في الانضباط:

اولا و قبل ان نستعرض النصائح يجب التعرف على المشكلة التي تسبب تفاعل طفلك بشكل مبالغ فيه مع الاحداث البسيطة وهذا يستلزم الاستعانة بالمختصين والاستشاريين في مجال هذا الاضطراب لتقييم المشكلة

سلبى: يسعي للتقبل وحب الاخر بدون التفكير فى احتياجاته,أهم مشكلة لديه الخوف من الفشل, وعند محاولته استرضاء الاخرين ويخطئ يشعر بالذنب ويرفض الاخر,أى تقييم يسبب له قلقا ويتحول للوسواس

البعض من الاطفال المصابين بالاضطراب قد يحتاجون الى علاج دوائي اما اخرون قد يكون كافيا بالنسبة لهم العلاج ببرامج تثقيفية وبرامج خاصة لتعديل السلوك

والان لنستعرض النصائح:

1- ضع في اعتبارك العمر التطوري للطفل مثال طفل عمره 7 سنوات قد يتصرف تصرفات طفل عمره 4 سنوات ،لذا يجب ان تضع في توقعاتك تصرفات طفلك من خلال عمره التطوري لا عمره الزمني (عمره بالسنين)

2- إعطاء اوقات مستقطعة متعمدة عند ارتكابهم اخطاء خطيرة (يمكن ان تؤذي اشخاص او تتعدى على ممتلكات) ويكون الوقت المستقطع قصيرا نحسبه عن طريق (عمر الطفل ×1دقيقة -3) مثال لو طفل عمره 7 سنوات يكون الوقت المستقطع 4 دقائق (7×1-3)

3- اختيار أوقات المواجهة مع الطفل, يفضل تجاهل الكثير من التصرفات السلبية واعطاء الاهتمام والانتباه فقط للتصرفات الايجابية بدلا من العراك المستمر على كل خطأ. التصرفات دائما تتأثر بالانتباه ايجابيا كان هذا الانتباه او سلبيا.

علم طفلك ان يكون هناك التصرف البديل مثال "من فضلك استخدم كلمات لأفهم ما تريد بدلا من الصراخ"دعه يعرف توقعاتك ومكافآتك ماذا تتوقع منه وكيف وعلام تكافئه

4-التقدير والمكافآت, هؤلاء الاطفال يستجيبون بشكل افضل للتشجيع والتقدير والمكافآت مثلا يمكنك عمل لوحة وتقسمها الى مربعات واعطاء طفلك نجمة او ملصق من ملصقاته المحبوبة (ستيكرز)عند قيامه بعمل ايجابي من أول مرة يطلب منه في مربع وعند تجميعه لعدد ما مثلا 30 نجمة او ملصق فله منك مكافأة ما وعندما يحدث انجاز واتمام (التعود)على هذاالفعل يجب الاحتفال به مع الجميع ثم نبدأ الكرة من جديد مع فعل ايجابي اخر و عمل لوحة جديدة والمكافأة بصورة غير منتظمة للاستمرارية

الاطفال الاكبر في العمر والمراهقين يتفاعلون بشكل افضل مع التقدير او

اعتمادي: يسوف مسئولياته وتختفي اهدافه,يشعر بالملل وعدم الاهتمام ويلوم الظروف عند الفشل لتقليل قلقه,ومن يتحمل مسئولية الواجب والمذاكرة الاباء

ربما باعطائهم المزيد من الامتيازات, في المسائل الاكثر تعقيدا يمكن التعامل بطريقة النقاط لضمان ان الامور تسير بشكل صحيح, هذه الطريقة تعتمد على تجميع نقاط مع التصرف الايجابي وفقدان نقاط مع التصرف السلبي وفي النهاية بتجميع عدد ما من النقاط يمكن الحصول على امتيازات معينة مثال مشاهدة التلفاز او اللعب بألعاب الفيديو او السماح بالبقاء خارج البيت في عطلة نهاية الاسبوع أو النوم متاخرا

5-دائما نقول ان الابوة الحازمة هي الحب والحنان ووضع لقواعد وحدود ولكن مايطبق غالبا هو وضع القواعد والحدود ,ان قضاء بعض الدقائق(20 ق) مع طفلك ومشاركته اي عمل مبهج (مهما كان اليوم سيئا) يمكن ان يفعل معجزات في تغيير سلوكيات بل وتغيير نمط حياة

اخبر طفلك انك تحبه ..احتضنه..ربت على كتفه او ظهره ..ودائما اظهر تقديرك لاي مواهب او قدرات ومهارات خاصة ..ايضا اظهر تقديرك عندما تجد ان طفلك يسير في الاتجاه الصحيح.

6-نتيجة لمشاكل النوم لديهم

(كثرة الاستيقاظ الليلي والأرق, صعوبة الايقاظ نهارا, عدم الانتباه طوال النهار) يكون الاضطراب اكثر فى النهار فيتجنب الاعمال التى تحتاج مجهود عقلى مثل الواجب- وسريع التشتت ودائم النسيان.

للتعامل:

1-ميعاد ثابت للنوم والاستيقاظ (الروتين: أولا كذا ثم كذا وبعدين كذا)

2-الدش الساخن قبل النوم مع قصة مصورة أومجلة فى يده أو صوت هادئ أوصوت المروحة فى حجرته (ضوضاء خفيفة)

3-شرب مشروبات مهدئه مثل الكاموميل أو الشاى الاخضر

4-أكل وجبه خفيفه قبل النوم

5-ابعاد الكمبيوترعن حجرة طفلك واظلامها

6-للايقاظ: نضبط المنبه قبل الميعاد ب 20ق للافاقه, ومنبه آخر بعيد عن السرير فى الميعاد بالضبط ليقوم من السرير.

عنيد مخالف:لا يرغب فى توقف الالحاح من أهله فى طلب عمل شيئ منه حتى ينفعل كعذرولا يفعل شيئا, يتحول من الطفولة للبلوغ دون بناء شخصية والنقد يحوله للعند, ويخالف الاباء وغاضب

7- نتيجة أسبوعية للمهام اليومية فيها اسم اليوم ورقمه بين الأيام حتي لا يعد علي اصابعه.

7- التعليم:

تحديد احتياجات الطفل ومناطق قوته (طريقة تعلمه):

(1)التعليمى:

ربط الدرس السابق بالحالى والمطلوب معرفته من الدرس قبل بداية الشرح (الكلمات الجديدة فى القصة مثلا)

-التنبيه قبل تغيير المادة ب 10ق حتى يستعد- استخدام الوسائل التوضيحية ليراها مع الشرح (يلون الكلمات التي يقرأها)- عندما يجاوب نسأله كيف فكر فيها-لا نعاقب علي البطء-اعط له فرصة 15 ثانية قبل أن ترد بالاجابة الصحيحة واعطه تفسير أكثر وبطريقه أخرى.

- **اعطه فترات راحة ليحرك جسمه(يقف,يتمشي,يشخبط,يمضغ لبانة)**

عندما تشعر بأنه توتر اقترب منه وشجعه بصوت متعاطف أو ربت عليه يجلس بعيدا عن الباب والشباك أوأى مثيرات-

- تأكد انه منتبه لك قبل بدء الشرح ويكررها بعدك

-لف ورقة على شكل تلسكوب ليراك فقط ولا يرى أى مشتتات

-للتحفيز :الاطلاع علي كل الحروف الأبجدية وقوائم الكلمات, وصف الصور, التفاصيل من الذاكرة, التصنيف, البازل, التشابه والاختلاف, التعرف علي حروف وكلمات من نص مكتوب, شف الكلمات

(2)**لفهم ما يقرأه:**

1-تحديد ميعاد ثابت يوميا لقراءة صامته

2-يقرأ قصة بصمت بينما يسمعها فى نفس الوقت وأنت تقرأها ثم نبدل ثم يحاول أن يحكى الافكار الرئيسية ثم يحكيها كلها ثم يمثلها

3-يحتفظ بكراسة للكلمات الصعبة والجديدة

4-نستخدم الحرف فى صورة ليعرف نطقه ونجمع قواعد النطق المتشابهة معا.

يحتاج الخجول للتدريب علي الجرأة بوضع حدود حازمة له وأن يكون اجتماعيا متعاونا, التكيف مع المخاوف و ليس الحماية منها, بتشجيعه علي تدرج المواقف الاجتماعية وتحدي الأفكار الخاطئة وعدم إهانته أمام أحد

لتعليمه القراءة: 3)(

1-تمييز الكلمة: الترتيب (تفكيك الكلمة الى حروف ومحاولة نطقها) وفى البداية يقضى 10ق يراجع الكلمات القديمة من الدرس السابق و5ق لملاحظة الكلمات الجديدة ,و5ق لنطقها

2-فهم الكلمة: تشجيعه على الاسئله ونبدأ بالسهل ويتحكم الطفل فى متى ننتقل للاصعب – جمل قصيرة ونكررها بطرق مختلفة وتعليمه تقسيم العمل لخطوات ويفكر بصوت عالى

لا نطلب منه السرعة ونطلب منه التعبير عن الصعب أمامه (متى حل هو أحد هذه الصعوبات؟ وكيف؟- امدح الانجاز البسيط)

3-ربط ما يراه مع طريقة نطقه ويكتبه فى نفس الوقت وينطقه

4-التركيز على المفاهيم الاساسية فى الموضوع- استخدام شكل توضيحى يربط الافكار مع استدعاء المعلومات السابقة والمقارنه بينهم فى قصة

(4)تحسين مهارات الكتابة لطفل نقص الانتباه فرط الحركة

للكتابة:يجب أن يقرأ قبل أن يكتب- يضع اصبعه بين الكلمة والاخرى ليحفظ المسافات

للاستهجاء: يمارس استهجاء الكلمات التى يستخدمها يوميا والجديدة عليه ويحتفظ بكراسه للكلمات التى يخطئ فيها

- نستخدم أسلوب القصص على ثلاثه مراحل:

(1)نوجد خلفية من المعلومات:

معرفة أسس القصه بتعليمه حروف كلمة "جنات" التى تعنى(جمع افكارك- نظم ملاحظاتك- اكتب ثم تحدث عن التفاصيل)

أو مجموعة الاسئلة التى تبدأ ب علامات الاستفهام (حروف كلمة "ماك" التى تعنى: من (الشخصية الاساسية)-أين (مكان الاحداث)-متى (توقيتها)

ماذا(تفعل كل شخصية) و (ماذا حدث بعد)-كيف (يشعر الاشخاص) و (كيف انتهت القصه) ونقول له القصه ونجعله يطبق ما تعلمه ونكرر ليستخدم كل ما تعلمه فى عمل قصة لها معنى.

لا بد للأسرة والمدرسة من تدريب الطفل على المهارات الحياتية الخاصة ببناء العلاقات الاجتماعية الناجحة بطريقة منظمة مع استبعاد الأحاسيس السلبية من نفس الطفل.

(2)المناقشة:باستخدام المعلومات السابقة

(3)النموذج بأن يحكى القصة على لسانه" ماذا كان هدفى" ما هى الخطوة التالية ليستكمل الكتابة مستخدما كل النقاط وجمل كاملة أو نريه صور يحكى عنها قصة كاملة

(5) **للحساب** :

-يحفظ قواعد جدول الضرب بايجاد التكرار أوالنظام المستخدم

-يفهم معنى علامة + ومعنى علامة – قبل العمليه الحسابية ونظلل له العلامة الحسابية فى المسألة حتى ينتبه لها

-وسيله ايضاح ليعلم خطوات القسمه المطولة (يقسم, يضرب, يطرح, ينزل الرقم الذى يليه وهكذا حتى النهاية)

-أن يقرأ المسأله مرتين قبل أن يبدأ الاجابة وتعليمه الكلمه الاساسية فى المسأله (فمثلا جميعا أو كل أو مجموع معناها عمليه جمع) ونساعده بأسئلة مثل ما هى المسأله, وما هى المعطيات وما هو المطلوب؟

-تعليمه ملاحظة الوقت فى الساعة وعمل جدول للواجب وتقسيمه لأجزاء ومسابقة الوقت المحدد

-يكون معه ورقة بيضاء ليفكر فيها فى الاجابة قبل الرد على سؤالك ويشرح لك كيف يفكر

-نعطيه ورق بالارقام ونطلب منه اكبر واصغر رقم أو يكون رقم منهم أو يحدد الزوجى والفردى

-أن يحسب باقى ماله عند شراء حاجياته

8-اختيار نوع اللعب المناسب لطفل فرط الحركة نقص الانتباه خاصة:

1- من 3 س يشارك اللعب مع اخر

2- من 4-6س : التخيل مثل لعبة حيوانات أو أدوات الدكتور ويظل يلعب 10ق كل مرة, ونبدأ مثلا : تعالى نحكى حكاية عن الخيل" ونمثل مع بعض ونساعده على التركيز بسؤال: وبعدين ؟ لحد ما يكمل القصة بتفاصيلها ونجعله يتوقع نتيجة التصرف فى القصة مثل :

قاومى فكرة أن تقومى بالتحدث بالنيابة عن طفلك الخجول أو الانطوائي بل اتركيه لبعض الوقت حتى يستجمع أفكاره ويتحدث بنفسه

لو الحصان الصغير ساب إيد مامته حيحصل ايه؟ حيتوه؟

لو البنت كسرت كل لعبها حتلعب بايه؟

لو الولد ضرب صاحبه ممكن صاحبه يلعب معاه ثانى؟

ونبتعد عن المباشرة مع الطفل

3-من 6-10س : التمرين على مهارات الحياه (انتظار دوره – ينتبه للتفاصيل – يتحمل الاحباط والفشل).

4-أن يجد الاباء ألعاب تنمى الانتباه وتتعامل مع الاحباط ويكون فيها انتظار للدور على أن يقوم الاباء بمهمة أصدقاء اللعب

فهو لايستطيع متابعة لعبة لها خطوات واتجاهات كثيرة مهما كان ذكاؤه فالافضل أن تزيد الخطوات بالتدريج فى اللعبه (لعبة الصيد أن يصطاد السمكة ثم يتعلم أن ينافس فى جمع اكبر عدد ثم تجميع سمك بلون معين).

ألعاب بسيطة :5-

(1)الذاكره والتركيز:مثل لوحة بها كروت مقلوبة ويكشف كارت كل مرة ويحفظ مكانه ليجد شبيهه حتى يكشف كل الكروت(فى البداية تكون الكروت المتشابهة قريبة من بعضها ثم نبعدهم عن بعض) ويزيد عددهم بالتدريج فى كل مرة

(2)التوقع:الشطرنج (التفكير فيما بعد هذه الخطوة)

(3)توقع النجاح والتعامل مع الفشل : السلم والثعبان (يتحدث عن احساسه عند صعوده بالسلم وهبوطه بالثعبان خصوصا عند اقترابه من النهاية وتأكيد أهمية الاصرار على استكمال اللعب للوصول للقمة ثانية)

(4)حل المشاكل والتنظيم: لعبة من الجانى ؟ والبحث عن الادلة واستخدام المعلومات وليس التسرع فى الاجابة, وتنظيم البيانات مع إلغاء الاحتمالات البعيدة أثناء التفكير.

9-تدريبات التركيز و الانتباه

1- جمع الاشياء من الارض ووضعها في سلة وهذا التدريب الغرض منه اطاعة الاوامر وكذلك التعود على النظام ويجب ان نجمع الاشياء مع الطفل اذا صرخ او رفض امسكي يد الطفل ودربيه كيف يلم الاشياء

عليك أن تذكرى طفلك أنه إذا بقى يتحدث بصوت منخفض ولا ينظر لعين الشخص الذى يتحدث إليه فإن مثل هذا الأسلوب سيظهره أنه شخص لا يريد التحدث مع الآخرين

بعد اتقان هذا التمرين البدء في تصنيف الاشياء الملقاه على الارض مثل وضع اللعب في كيس والاقلام في كيس اخر وهذا التمرين يؤدي في جو من الضحك والغناء حتى نقلل من العصبية

2-لضم عقد من الخرز في خيط وهذا التمرين يزيد من التركيز اذا لم يكن عندك خرز استخدمي حبات المكرونة الاسطوانية

في الاول استخدمي الاحجام الكبيرة حتى يسهل اللضم وفي كل مرة قللي الحجم حتى يزداد التركيز وممكن يلبس الطفل العقد بعد ذلك لكي يحس انه عمل شئ جميل

3- متابعة ضوء شمعة او كشاف صغير في غرفة مظلمة وهذا يحسن من التواصل البصري واطلبي من الطفل ان يمسك ظل الشمعة على الحائط

4- نزع مشابك غسيل من حافة طبق وهذا لتقوية عضلات اليد وبعد ذلك تدريبه على وضع المشابك على حافة الطبق-ويمكن تصنيف المشابك حسب اللون

5- عمل كور من الصلصال او العجين ونطلب من الطفل غرس عصا خشبية في الكور ونقلها الي طبق اخر

6- وضع قطع فوم في طبق به ماء والطلب من الطفل نقل قطع الفوم بواسطة ملعقة الي طبق اخر

7- اللعب بلعبة فقاعات الصابون ومحاولة متابعة الفقاعات لتحسين التواصل البصري والطلب من الطفل فرقعة الفقاعات ثم التدريب بعد ذلك على النفخ في اللعبة

8- تخريم ورقة والطلب من الطفل ادخال سلك مرن في الخرام ترتيب المكعبات فوق بعضها بطريقة رأسية وأفقية والطلب من الطفل تقليد نمط معين مثل وضع الاصفر ثم الاحمر ثم الاصفر ثم الاحمر وهكذا ويجب التركيز في هذا الجزء على الالوان والتمييز بين الأمر فك والأمر ركب

9- تقسيم الصفحة الي مجموعة مربعات والطلب من الطفل ان يلصق استكر في المربعات بالترتيب, في الاول اعطيه انت الاستيكر ثم بعد ذلك اجعليه هو يخرج الاستيكر بنفسه لتنمية العضلات الدقيقة

شجع الطفل النرجسي أن يدرك مشاعره السلبيه ويتحدث عنها ولكن لا تساعده أو تميزه عن باقى اخواته وعند عقابه فهمه لماذا؟ وعلاقة تصرفاته بالعواقب؟ والاندفاع ليس الطريقة لتحقيق ما يريد بل تحمل المسئولية وليس إلقاء اللوم على الاخر

10- استخدام المقص, في الأول ركزي على مسك المقص وبعد ذلك ارسمي خطوط لكي يمشى عليها بالمقص وبعد ذلك دربيه على قص صورة محددة

11- أن تقوم الأم بعد الأعداد بالترتيب من واحد لعشرة مثلا ولكنها "تتعدى" رقم أثناء العد ليلاحظ الطفل العدد المختفى ويذكره بسرعة، اللعبة تحتاج إلى شرح و تدريب وستجد الأم أن قدرة طفلها على التركيز ستتحسن بعد ذلك

-تذكر الأم إحدى الصفات ويذكر الطفل عكسها، مثال حار بارد، سعيد غاضب- ناعم خشن -يقوم الطفل برسم مثلث وهو مغمض العينين

-تقوم الأم بتعريض الطفل لتجربة تمييز الأصوات فى الأماكن المزدحمة مثال: صوت الطائرة السيارة.. عربة الإسعاف

-تكليف الطفل بأوامر مركبة من أجزاء مثل: "اذهب إلى المطبخ وأحضر الطبق من الدرج الأول و الملعقة من الدرج الثالث" وزيادة تعقيد الأوامر بالتدريج

-أحكى لطفلك حكايات قبل النوم و أطلبى منه إعادتها على والده أو إخوته فى اليوم التالى

-للأطفال القادرين على القراءة يستحسن تعريض الطفل لقراءة القصص المصورة

-الصقى على الحائط فى غرفة مظلمة صور لعناصر (موز – تفاحة – قطة – بطة) و نسلط كشاف ضوء على كل شكل على حدة مع ترديد اسم الشىء فى كل مرة ثم نعطى للطفل الكشاف ونسأله (أين الموز؟) وهكذا

-يمكن للأم استخدام الشمعة فى التدريبات التالية

مراقبة نقاط شمع تسقط فى طبق به ماء

مراقبة نقاط شمع تسقط داخل دوائر مرسومه على ورقة

يقوم الطفل بتنقيط النقاط داخل دائرة تكون كبيرة فى البداية ثم نصعب التمرين فنكثر الدوائر ونصغر حجمها

تنقيط نقاط الشمعة على حدود خطوط مرسومة (ممكن أن تكون طوليـــة – عرضية – منحنيات)

ما يخص تغذية الأهل غير المقصودة لنبتة الأنانية في طفلهم، فيمكن أن تنجم عن سعيهم الدائب لوهب الطفل كل شيء من أجل أن تكون الأمور جميعها لديه على ما يرام، ومحاولتهم لاشباع كل رغبة يبديها طبيعة كانت أم نزوة عابرة دون تمييز

البـــــاب الثالـــث: الأطفـــــال صعبـــــة الطبــــاع

الفصــــــل الرابـــــع: الفطـــــــام

-الرضاعة سواء من الثدى أو الببرونة هى فى الواقع من أكبر المتع بالنسبة للطفل، ولذا تقلق العديد من الأمهات عند اقتراب مرحلة فطام الطفل لأنها تشعر أنها تحرمه شيئا مهما فى حياته، وفى بعض الأحيان قد ترغب الأم التى ترضع طفلها رضاعة طبيعية فى إعطاء طفلها الببرونة من وقت لآخر فى الشهور الأولى، هذه الرضعات التكميلية أولى خطوات الفطام، ينصح الأطباء بإرضاع الطفل رضاعة طبيعية طوال السنة الأولى على الأقل ولكن مع تدريبه على الببرونة حتى لا يتعرض للصدمة لحظة الفطام لذا أفضل وسيلة لكى يعطى فيها الطفل الببرونة هو أن يعطيها له شخص آخر وليس أنت، لأن هناك ارتباطا شرطيا فى ذهن الطفل أنكِ مصدر الرضاعة الطبيعية فى حياته ومن الخطوات المهمة للتوقف عن الرضاعة هى تعليم الطفل الشرب بالكوب والسن الأمثل للشرب بالكوب بالنسبة لعدد كبير من الأطفال هو 6 أشهر، ولكى تبدأي تعليم الطفل الشرب من الكوب ضعى كمية قليلة من السائل فى الكوب ثم ارفعى الكوب إلى شفتيه ببطء لكى يتذوق ما به شيئا فشيئا، إذا توقفت عن إعطائه الببرونة، فلا تتراجعى وتعطيها له مرة أخرى، وحاولى أن تقللى تدريجيا عدد مرات الرضاعة، لأن ذلك يهيئ الطفل لمرحلة الفطام

الفطام يبدأ عندما يأكل الطفل بجانب لبن الام ويقل طلبه عليه بعد 6 شهور كاملة ومن الممكن أن يتوقف لبن الام بعد سنتين, لفطام الطفل قبل سنه تحل

إن الأنانية لا تولد عن الحنان والاهتمام والدلال الزائد وحسب، بل أكثر ما تنشأ بسبب النقص الشديد في إظهار هذه المشاعر تجاه الطفل

زجاجة اللبن مكان رضعة واحدة ونزود الزجاجات فى اليوم حتى اسبوعين ونبتعد فى البداية عن أول رضعة فى الصباح وآخر رضعه قبل النوم حتى نهاية الاسبوعين.

عند الفطام والحاح الطفل على الرضاعة نربت على ظهره ونقبله ونسقيه ماء ونحضنه ونتقارب معه حتى نعطيه نفس العلاقه القوية التى كان يحسها بالرضاعة فليس اللبن هو ما يطلبه.

-التدرج فى سماكة الاكل نحو الصلب, فنبدأ بالاكل المهروس ثم نتدرج الي أن نصل الي الاكل الصلب.

السماح للطفل بأن يمسك الاكل و يلعب به يساعده علي النمو بشكل افضل من حيث المضغ و البلع و تقبل الطعام.

- بعض الاطفال يظلون مرتبطين بالرضاعة الليلية و هنا يكون الفطام ليس سهلا, من الممكن اتباع أسلوبين:

الأول: هواتخذ القرار بمنع الطفل من الرضاعة الليلة وهنا يستقبل الطفل القرار بالبكاء لعدة أيام.

الثانى: هو تقليل كمية اللبن له بالليل ثم تخفيضه ثم اعطاءه الماء بدلاً من اللبن حتى يترك الرضاعة.

- الفطام المبكر المفاجئ المحبط العشوائي يؤدي للاشتياق للرضاعة الناتج عنه عمليه المص ,عناد, الحاح,عنف, لعب بأشياء خطرة,بكاء, اضطراب النوم, تبول ليلى وقتى ثم يعود لطبيعته ثانية وقد يتولد لديه خوف, قلق, مشاكل التعامل مع العواطف بينما الاهتمام الزائد يجعله ساذجا يثق بسرعة يتكل علي الاخرين.

التسنين

فترة التسنين عند الطفل مرحلة خطرة ومهمة قد لا تستطيع الأم التعامل معها خصوصا مع تزايد صراخه وعدم قدرتها على تفهم ما يعانى منه من مشاكل،هناك عدة علامات للتسنين كالعصبية الشديدة وفقدان الشهية لدى الطفل إضافة إلى الاستيقاظ كثيرا أثناء النوم مع محاولات مستمرة لشد الأذن، وننصح الأمهات فى هذه المرحلة باتباع بعض الخطوات لتخفيف آلام الطفل، ومنها مسح

الأسباب التي تؤدي الى تكوين النزاعات الأنانية في تعامل الانسان مع الآخرين كثيرة، وهي تنشأ على أساس التربية الخاطئة للطفل في الأسرة ونمط تعامل الأهل مع طفلهم

اللثة باستمرار والحرص على تناول الطفل لكمية ملائمة من الألبان لأنه يكون فى أمس الحاجة للكالسيوم

الأم قد تلاحظ فى تلك الفترة، ارتفاع درجة حرارة الطفل، وفى هذه الحالة عليها استشارة الطبيب، مع الحرص على تناول الطفل للمياه قبل النوم مباشرة

إن أول أسنان الأطفال تظهر عند بلوغهم ستة أشهر ويكتمل عددها عند سن عامين ونصف أو ثلاثة أعوام وبعد مرور الستة أعوام تتغير هذه الأسنان ليحل محلها الأسنان الدائمة لذلك لابد من الاهتمام بطبيعة تلك المرحلة الحساسة من حياة الطفل.

الطفل قد يتعلم العصبية من والديه ولذلك فإن كثيرا من مخاوف وعصبية الأطفال يتعلمونها بالتقليد

الأكــــــــــــل

يمكن للأهل تشجيع طفلهم على تناول الفاكهة والخضروات المفيدة لصحته، من خلال تقديمها له فى شكل قطع صغيرة، بدلا من تقديم الثمار كاملة، إذ عادة ما يفضل الطفل الأطعمة الجاهزة التى يسهل عليه تناولها واختيار أنواع الثمار الملونة ، إذ يحصل الطفل بذلك على مجموعة متنوعة وكبيرة من الفيتامينات والمعادن والمركبات النباتية الثانوية، ومن الممكن أيضا أن يقسم الأهل الثمار بحسب ألوانها إلى أخضر وأصفر وبرتقالى وأحمر، على أن يتم السماح للطفل باختيار اللون الذى يفضله بنفسه وهناك علاقة وثيقة بين تناول الفاكهة والخضروات والتمتع بصحة جيدة، إذ ثبت أن اتباع نظام غذائى يشتمل على حصتين من الفاكهة وثلاث حصص من الخضروات يوميا على الأقل يتمتع بتأثير إيجابى على الصحة من بينها مثلا التصدى للبكتيريا والوقاية من الإصابة بالعدوى وتقوية جهاز المناعة ودعم عملية بناء العظام، إذ لا يقتصر وجود الكالسيوم على الحليب فقط، وإنما يوجد أيضا فى البروكلى والكراث والبصل وكذلك المكسرات كاللوز، مع العلم بأنه كلما أكثر الأطفال من تناول الفاكهة والخضروات انخفض خطر مواجهتهم لمشكلة زيادة الوزن

وبشكل عام احتياج الأطفال للطاقة يزداد بشكل كبير أثناء فترة نموهم، وكى يتجنب الأهل إصابة الطفل بالإعياء أو نقص التركيز أثناء هذه المرحلة الحساسة،يجب أن يتناول الطفل خمس وجبات يوميا، تنقسم إلى وجبة إفطار

ووجبة خفيفة بعده، ثم وجبة الغذاء، ووجبة بينية بعدها، وأخيرا وجبة العشاء مع تقديم بعض الفاكهة والخضروات للطفل مع كل وجبة، ترك الطفل يختار أكله: كلما يكبر الطفل أكله يقل ويختلف نوعه ومواقيته –الزيادة أوالقلة ممكن تكون علامه قلق او تعبير عن الغضب (انتقام برفض الاكل) أو خوف من المدرسة او اثبات لذاته أو جذب انتباه. الحرية للطفل بحدود تبدأ بأداب المائدة وتوزيع الطعام, عدم التركيز فقط علي الطفل الملح في طلبه.

النـــــــــوم

التدليل الزائد يعلم الطفل العصبية و الأنانية لأن التدليل الزائد يجعله دائم التمركز حول نفسه

يعتبر النوم عنصرا شديد الأهمية للحفاظ على صحة الطفل، واعلمى أن طفلك عندما ينام فإن خلايا جسمه تبدأ فى تجديد نفسها، كما أن النوم يساعد على نمو جسم الطفل مع الوضع فى الاعتبار أن عدم حصول الطفل على كفايته من النوم قد يؤدى لعدم نموه بطريقة صحيحة وإلى مشاكل فى جهازه المناعى. وبالنسبة للشخص البالغ فإنه يحتاج تقريبا لسبع أو تسع ساعات من النوم، أما الطفل فيختلف عدد ساعات نومه طبقا للمرحلة العمرية

يحتاج الطفل الرضيع وحتى بلوغه شهرين إلى عدد ساعات نوم ما بين 12 و18 ساعة، أما الأطفال بدءا من ثلاثة اشهر وحتى 11 شهرا فهم يحتاجون ما بين 14 و15 ساعة. وبالنسبة للأطفال ما بين عام وثلاثة أعوام فهم يحتاجون لعدد ساعات نوم ما بين 12 و14 ساعة ويأتى بعد ذلك الأطفال ما بين ثلاثة وخمسة أعوام وهم يحتاجون ما بين 11 و13 ساعة وهناك أيضا الطفل ما بين خمسة وعشرة أعوام يحتاج ما بين 10 و11 ساعة نوم. وعندما يبلغ الطفل عشرة أعوام فإنه يجب أن ينام ما بين ثماني ساعات ونصف وتسع ساعات ونصف الساعة مع الوضع فى الاعتبار أن الطفل عندما يبلغ 17 عاما فإن عدد ساعات نوم الشخص البالغ تنطبق عليه. ويجب ان تعلمى أن هناك عددا من الأمراض والحالات التى قد تؤثر على طريقة نوم الطفل، ولذلك فإذا شعرت بوجود أى تغيير فى طريقة ونظام نوم طفلك فيجب أن تستشيرى طبيبا

قد يتعرض الطفل الرضيع للموت المفاجئ بسبب نومه على بطنه أو اختناقه بسبب البطانية أو الوسادة، كما أن هناك بعض الأطفال الذين يتعرضون للوقوع

من السرير يجب أن يكون نوم طفلك على ظهره حتى يكبر ويكون قادرا على الجلوس بمفرده دون مساعدة منك. ويعتبر السرير بدورين غير مناسب للطفل تحت تسعة أعوام والذى لا يجب أيضا أن ينام فى الدور العلوى من السرير

إن تعويد طفلك على النوم فى وقت مبكر ليس بالأمر السهل لأن الطفل لن يكون مثلك مدركا لأهمية نومه مبكرا وفوائد هذا الأمر. ويمكنك أن تبدئي فى تعويد طفلك على النوم مبكرا بعد أن كان ينام متأخرا عن طريق وضع نظام أو روتين معين للنوم يهيئه لهذا الأمر، فيمكنك مثلا ان تعطى الطفل حماما دافئا مع جعله يرتدى البيجاما وهو الأمر الذى سيجعله يشعر بالاسترخاء وقد يساعد جسمه على الاستعداد للنوم.

إذا تركت الغرفة وطلب منك الطفل العودة يمكنك أن تعودى للتأكد من عدم وجود أى طوارئ وبعد ذلك تتركين الغرفة مباشرة حتى يدرك الطفل ان موعد النوم قد حان. ويمكنك أيضا أن تقومى بتقديم موعد نوم طفلك خمس دقائق حتى تصلي للموعد المناسب قبل أن يخلد الطفل للنوم فيجب أن يكون مرتاحا تماما أى أنه يجب أن يكون قد تناول طعامه وتم تغيير حفاضته وملابسه لأن الطفل إذا كانت كل حاجاته تم تلبيتها فإنه سيتمكن من النوم بسهولة

من الطبيعى أحيانا أن يواجه الطفل بعض المشاكل فيما يخص عدم قدرته على النوم بسهولة ، ويمكنك أن تساعدى طفلك آنذاك عن طريق إدخال بعض الأطعمة التى قد تساعده على النوم مع الوضع فى الاعتبار أنك يجب أن تحددى ما إذا كانت تلك الأطعمة قد تسبب لطفلك الحساسية أم لا. يمكنك أن تستخدمى شاى الكاموميل لتهدئة طفلك ومساعدته على النوم مع إضافة ملعقة أو ملعقتين من العسل على أن يكون الطفل قد بلغ على الأقل 12 شهرا، اتركى الكاموميل ليبرد وبعد ذلك قدميه لطفلك قبل نصف ساعة من موعد نومه. يمتلئ الموز بالهورمونات والمعادن التى تساعد على النوم فهو يحتوى على الميلاتونين والسيروتونين اللذين يعملان على تهدئة الطفل، كما أنه يحتوى على الماغنسيوم الذى يعمل على جعل العضلات تسترخى مع الحرص علي عدم وجود الكمبيوتر فى غرف نوم الأطفال

يطلق الكثير من علماء النفس على الفترة التي تقع بين السنة الثانية والثالثة من عمر الطفل تسمية الفترة الحرجة، أو دور التأزم، لأن هذه الفترة تتوافق مع ظهور أولى التناقضات بين مطالب الانسان البالغ ورغبات الطفل الجامحة، التي تأخذ شكلا حادا بسبب تشكل شعور الاستقلال الذاتي لدى الطفل في هذا السن بالذات، وزيادة نشاطه من هنا تظهر الصعوبات في التربية- عناد الأطفال وسلبيتهم

أفاد باحثون أمريكيون بأن نوم القيلولة لمدة ساعة بعد الغذاء،يساعد الأطفال من عمر ثلاثة إلى خمسة أعوام على تعزيز التعلم وتقوية الذاكرة وزيادة أنشطة مراكز المخ وأن الأطفال الأكبر سنا سينخفض نومهم بشكل طبيعى خلال النهار

.–علاقة الطفل بأمه تتأثر بغياب الأم وتسبب كثرة الاحساس بالمغص والبكاء فطفل بلا أم وتنقل بين غرباء يبكي ليلا رفضا للنوم وخوفا من الاستيقاظ في مكان اخر غريب, (في اول أسبوعين للتخلص من نوبات الغضب الشديدة استخدام الضغط علي الدقن لمنع حركة الرأس) – تكون العادة :مزاج الام يؤثر في الطفل و طبع الطفل يتغير فى الطفوله ولكنه يثبت من 2–4 سنوات.

خصائص مرحلة الحبو (من سنه ونصف الى 3 سنوات)

1–الاستقلاليه (الاكل,اللبس,الحمام, النظافة,النوم بعيدا عن الام – اللعب لوحده) ولعب طفل مع أصحابه أنضج ممن يعتمد علي الكبار

2–بداية ادراكه لذاته (افكار ومشاعر وينظر لشكله فى المرآه) واختلافه عن الاخر ويقدر يعمل ايه ويختار ايه ويحس بالغضب ,الخجل, العناد, الخوف و الدهشة.

3–ضبط الاندفاع فى المشاعر والسلوك (ينتظر– لا يستسلم للاغراء– يؤخر طلباته– يسمع التعليمات وينفذها دون رقيب)

4–التعاطف والقيم: يقلق عندما يرى الخطأ (عند سن 3 سنوات يشعر بالذنب, الفخر, التعاطف مع ألم الاخر فى وجود أم متعاطفة أما اذا أهملته فسلوكه يتغير للخوف والعنف والغضب من الشخص الاخراذا تألم).

5–تمييز جنسه والاخرين

6–علاقات مع الأخوه والأصدقاء– التنافس يبدأ عند 4 سنين

Oppositional beh at1.5- 3y

فالغضب عند الطفل لا يكون مفرزا أو محددا، وإنما يكون مبهما، ويعود هذا الحرمان من بعض الاشثىباعات الغريزية، ومع هذا يلاحظ أن إنفعال الغضب يأخذ بالتميز في سن الثالثة من عمر الطفل وما فوق ويكون انفعال الغضب كتعبير عن عدم رضاه، واحتجاجه على القيود والأوامر التي تصدر اليه من أمه

معظم الأطفال الذين يعانون من العصبية هم أطفال عاشوا في منازل تتميز بالقلق والتوتر والاضطراب العائلي.

وأبيه فبي النوم المبكر في وقت معين لاا يريده ويتطور هذا الشعور بحسب العمر عند الطفل، وذلك أنه قد يمتنع عن تناول الطعام أو الشراب أو الهروب من الأسرة أو البقاء في مكان منعزل من المنزل، حبا منه في البقاء وحيدا، أما انفعال الخوف عند الطفل فله مميزاته من طفل لآخر ومن مستوى أدنى لمستوى اكبر وذلك يعود لحالة الطفل الصحية، وكذا لدى شعوره بالطمأنينة والأمان في محيطه الأسري والخوف يختلف من طفل لآخر وحسب ممارسة الطفل الاجتماعية. فقد يوجد طفل يخاف من الطبيب، لكونه مريض ولكون الطبيب يقرر له علاجات لا يحبها، لخوفه من أنه يقرر له حقن تؤلمه، أو لخوف الطفل من السير لوحده خوفا من ا، يخطف أو تصدمه عربة، أو يحصل له مكروه معين. ولذا فإنه لا بد من ان يعود الآباء أبنائهم على مواجهة حالة الخوف والمواقف المخيفة التي تجعلهم يخافون منها، حتى يتمكن الطفل من التغلب على مواقف الخوف وتقوى شخصيته ويستعيد ثقته بنفسه، أمام المواقف المخيفة والمربكة له

على الأباء أن يعودوا أبناءهم على الحرية واتخاذ القرار والتدخل في الوقت المناسب حتى ينشأ الطفل معتمدا على نفسه ولا يكون اتكاليا

في هذا العمر يكون متقلب العواطف و سريع التغير من موقف لأخر

– الاساس البيولوجي للذكاء في القدرة علي التكيف:

*تعلم الطفل يبدأ من الولادة بالرضاعة كل 3 ساعات وتظهر بداية ذكاء الطفل:

- من الشهر الأول يبتسم الطفل لامه
- من 3 شهور بالاستجابة للمؤثرات (الثدي يعني طعام).
- 6 شهور يميز الأقارب ويخاف من الغرباء ويرتبط بالوالدين .
- 16 شهر تأثيره علي البيئة بنفسه ويعيد الانشطة التي أسعدته ويقصد تصرفاته التي يعرف نتائجها التي لا يراها .
- 3 سنوات يبدأ في الأسئلة باستمرار واكتساب المعاني, استخدام التجربة (الاكتشاف) ثم تخزين التجارب ,ربط الادراك مع الفعل وثبات الاشياء رغم عدم ادراكها وهي بداية الذكاء .

- التنظيم يحدد بالوراثة والتفاعل مع البيئة يحدد درجة النضوج ويبدأ الطفل بالاستجابة السريعة للمؤثر ثم يبدأ في بناء عالمه الخاص واستخدام الرمز وتفكيره الخاص.

التكيف : تأثير البيئة الام – وجود الاقران مهم لنمو الطفل لا العزل كلما زادت المؤثرات المرئية كلما أراد أن يري أشياء أكتر– التقليد – اللعب (متجمد – رمزي – تقمص ادوار)

تظهر ظاهرتا الانطواء والانبساط أكثر ما تظهر في الميدان العاطفي الانفعالي. فالمنطوي يؤثر العزلة والاعتكاف ويحب الانفراد، وزيميل الى التهيب والخجل والحساسية المفرطة

يغلب عليه التردد فيفكر كثيرا فيما يعمل قبل أن يبدأ، كثير الارتباك والحيرة، كثير الندم والتحسر على ما فات، حسساس للنقد والاهانة، يأخذ كل شيء مأخذا شخصيا، شكاك في نيات الناس ودوافعهم، كتوم يحتفظ بأسراره لنفسه، يكبت عواطفه وانفعالاته، يحدث نفسه، ويشغله كثيرا ما يظنه الناس فيه، أما المنبسط فإنه سريع التكيف للمواقف الديدة، سريع التعارف على الناس، سريع الاستجابة، لا يعبأ بالنقد، غير مفرط الحساسية (لا يؤذيه النقد)

إشباع حاجات الطفل النفسية وهي شعور الطفل بأنه محبوب مرغوب فيه حتى يشعر بالطمأنينة ولكن يجب ألاتصل إلى حد التدليل الزائد

Much of the early research linking temperament to behaviors characteristic of internalizing problems (Internalizing spectrum behavior includes social withdrawal,inhibition, shyness, anxiety, and depression) focused on the phenomena of behavioral inhibition to the unfamiliar. Behavioral inhibition captures a child’s initial response to novel events or unfamiliar people.

These emotional and behavioral differences are at the core of a regulatory style that limits inhibited children’s exposure to novel events and stimuli that are beyond the regulatory abilities of these children. The consequence of this regulatory style is low social competence and withdrawal from the peers this research indicated that infants and young children who are behaviorally inhibited display low approach tendencies, become and remain vigilant for the duration of exposure to the novel object, and often seek the proximity of a caregiver when exposed to novel events or situations. This behavioral pattern appears to have a distinct physiological profile.

كذلك لوحظ أن التوأم الذي يتربى مع أمه يكون أكثر انبساطا من زميله الذي حرم منها، كذلك يميل الطفل الوحيد أن يكون منطويا. وتعتمد هاتان الظاهرتان اعتمادا كبيرا على ما يلقاه الطفل من معاملة المحيطين به فالطفل الذي يحرم من إشباع حاجاته الأولية والذي يجد صدا دائما من قبل الكبار حين يريد التعبير عن نفسه لا بد ان ينزع الى الانسحاب. كذلك وجد أن مواقف الاحباط التي يتعرض لها الطفل في المدرسة تشعره باللأم. ومن ثم فغنه يتفادى هذا الاحساس المؤلم بالانسحاب كإحدى الحيل الهروبية من المواقف غير المرغوب فيها. كذلط تاعكوف على توجيه النقد الهدام للطفل وذمه وبخس قدراته من شأنه أن يقوده الى الشعور بالنقص وعدم الثقة بنفسه. ومن ثم يلجأ الى الانطواء وكذلك التربية الاتكالية حيث يحرم من الفرص التي يتمرس فيها على تحمل المسؤولية والقيام بأدوار قيادية من شأنه أن تدفعه الى الانزواء، في المناسبات التي تتطلب مثل هذا السلوك، كذلك غلق الطريق أمام الطفل للتعبير عن نفسه من شأنه ان يقوده الى الصمت والاستغراق في الحلام. والتسلط على الطفل والسيطرة عليه والافراط في القسوة والعنف والكبت والحرمان والاهمال والمعايرة والتوبيخ وما الى ذلك، له أثر في اتجاه الطفل نحو الانطواء أو الانبساط. وللمدرس وأسلوب التربية أكبر الثر في هذا

أحيانا بدون أن ندرى نشجعهم على عدم الاعتذارولوم الاخرين بخلق أعذار عندما نسأل طفل لماذا ضربت أخوك ونكمل هل كنت غضبان. فعندما نسأل لماذا فأننا ننتظرعذرا بينما نريد معرفة الذى كان يحاول فعله فنسأله ما الذى كنت تحاول الوصول اليه عندما ضربته؟ لتسمع بفرصة للتغير وخلق رد فعل آخرللتصرف الغير لائق

- احساسه بذاته وتقديره لنفسه يعتمد علي درجة تقبل الاهل والمهمين المؤثرين من الاصدقاء.
- اختيارصفاته مرتبة من most to least dislike about my self

خصائص مرحلة (من 6– 7 سنوات)

- يتوقف الطفل عن التفكير في ذاته فقط ويبدأ التفكير المنطقي فيه دوافع ومشاعر الاخر .
- المربي يظهر مودة يعامل الطفل كشحص ويتمتع بصحبته يسمح بالتصرفات الطفوليه يساعده لكن لا يشجع الاعتمادية – صبور يتحمل العند والرفض الظاهر .
- والحماية الزائدة نوع من رفض الطفل بحرمانه من تطوير قدراته مثل نوم الام مع الطفل ودايما تحت عينها – التحكم الزائد في احتياجاته .

-عندالانفصال عن الاهل لا يحس الطفل بالخوف انما يرفض الا يكون معهم وبالتالي بكاؤه يختفي باختفاء والديه عن عينيه

- لعب الاطفال يعبر عن مشاعرهم ولا يشترط العنف عند البعض ان يكون الطفل عنيفا, الحب والكراهية موجودين معا عند الطفل, لما يظهر الطفل العناد ويقول لا يجب دفعه وحثه عند القيام بشئ وعدم رفض طلباته دائما

أن الاطفال الذين لايجدون حدود واضحة لتصرفاتهم الاندفاعية يلقون بإحساسهم بعدم القيمة على الاخرين فبدون القواعد والنتائج والاحساس بالمسئولية و الفهم لايستطيع الأطفال أن يتغيروا, ويثبتوا عند وضع الاحساس السئ يلقون به على الاخرين ويصبح هذا طبعهم فتكون التصرفات السيئة هى ممارتهم الوحيدة لحل المشاكل

خصائص مرحلة الطفولة المتأخرة (7-10 سنة)

أولاً: الخصائص الجسمية

تتميز بدايات تلك المرحلة (7-8 سنوات) بنمو جسمي بطئ؛ كما يبدأ نمو العضلات الدقيقة لدى الطفل (قبضة اليد)، لذا فتلك الفترة هي أفضل فرصة لتعليم الكتابة وتحسين خط الطفل.

على عكس نهايات تلك المرحلة والتي تشهد قفزات في النمو وخصوصًا جانب النمو الجنسي (فترة البلوغ)، كما تشهد أيضًا أواخر تلك المرحلة اكتمال نمو العضلات عامة، لذا يتسم أداء الطفل هنا بالدقة والسرعة.

وتتسم تلك المرحلة أيضًا بالنشاط الجسمي الزائد، لذا يتسم أداء الطفل فيها بعدم الاستقرار، ولا يستطيع التركيز في عمل ما لفترة طويلة، لذا يجب اتباع طرق تنظيم الوقت معه.

ثانيًا: الخصائص الانفعالية

يكون سلوك طفل هذه المرحلة سلوكًا نمطيًا، وبذلك يسهل التنبؤ به، تتسم انفعالات الطفل بالعنف، ويظهر ذلك من خلال الأحلام والكوابيس المفزعة؛ والتي تكثر قي بدايات تلك المرحلة.

ويميل كل جنس للعب مع الرفاق من نفس نوعه، وتحدث المشاحنات والشجار بين مجموعات الرفاق من الجنسين. وهنا يتحول الطفل من مرحلة الكذب التخيلي إلى مرحلة الكذب المحض.

طفل هذا المرحلة كثير النقد لذاته وللآخرين، وهذا ناتج عن بداية نموالضمير لديه، وينقد من يخالف مجموعة القيم التي يتبناها المجتمع الذي يعيش فيه حتى لو كان هو نفسه.

يشهد النمو الانفعالي للطفل في أواخر تلك المرحلة ثباتا ونموا ملحوظين، فالطفل يكتسب القدرة على ضبط انفعالاته، والسيطرة على سلوكه وتصرفاته في جانبين (نوعية المواقف التي تثيره وشكل التعبير الانفعالي)، نتيجة لاختلاطه بالرفاق.

تتسم تلك المرحلة بعدة سمات انفعالية منها:

- طفل هذه المرحلة منطلق، إيجابي، متحمس، مبتكر ويحب أن يتعلم.
- تزداد قدرته على العمل المستقل ومتمرد.
- متطرف في آرائه (أبيض أو أسود) في محاولة منه لتأكيد ذاته.
- يكره أن تلقى عليه الأوامر، ولكنه يرغب في تعضيد الكبار له ولتصرفاته الحسنة.
- في نهاية تلك المرحلة يصبح الطفل أكثر جدية واستقلالاً وقدرة على الاعتماد على نفسه.

الغيرة الأخويةهى مشاعر طبيعية بين الاطفال فهم يتنافسون على حب واستحسان الاهل ومهمتنا تعليمهم كيف يتعاملون مع بعض

ثالثاً: الخصائص المعرفية

مع بداية هذه المرحلة يدرك الطفل موضوعات العالم الخارجي واتصالها ببعض، لذا فالطريقة الكلية هنا هي الأنسب في التعليم. تزداد نسبة الذكاء، نتيجة لزيادة نمو الجمجمة، وكذلك تزداد الحصيلة اللغوية للطفل، مما يساعده على زيادة سيطرته على البيئة المحيطة به، وتزداد كذلك فرص تفاعله مع المجتمع.

يتحول إلى التذكر والفهم بعد أن كان يعتمد علي التقليد ، ويتذكر الطفل الصور البصرية أكثر من المعاني المجردة، لهذا يجب التركيز على المؤثرات البصرية واستخدامها في التعلم

وتتميز تلك المرحلة بنمو العديد من القدرات العقلية ومنها:

- يزداد مدى الانتباه، وإن كان الطفل غير قادر على الانتباه لشيء محدد لفترات طويلة.
- أفكاره واقعية فيما يتعلق بالزمان والمكان فهو يدرك الأبعاد.
- يدرك الماضي ولا يفكر في الحاضر ولا المستقبل.

•يبدأ منذ سن السابعة في التعرف على مفاهيم (العدد / والكتلة / والوزن)

•يتحول نحو التفكير المنطقي بشكل متدرج.

•يستطيع أن يدرك المشاكل، ويقدم أكثر من حل لها.

•معقول في مطالبه وتوقعاته.

رابعًا: الخصائص الاجتماعية

تظهر الفروق الفردية الاجتماعية بين الجنسين بشكل واضح في تلك المرحلة، وخصوصًا في أواخرها ، حيث يتوحد الطفل مع بني جنسه ويحدث نوع من التعصب بين كل منهم. ويميل كل نوع إلى إقامة علاقات صداقة طويلة الأمد وعميقة مع أقرانه من نفس النوع (ظاهرة صديق العمر).

وتتمحور بعض السمات الاجتماعية مثل:

-يبدأ طفل هذه المرحلة في التحرر من تمركزه حول ذاته، ويدرك أنه في حاجة إلى الآخرين

تقل نسبة الاعتمادية على الوالدين، -وتنمو شخصيته وذاتيته نتيجة لهذا الاستقلال

ويحاول كسب ولائهم يبدأ في الاهتمام برأي الأصدقاء،.

-يسعى لتكوين علاقات اجتماعية تتسم بالتعاونية (اللعب التعاوني بها). -يتجه لتكوين معايير اجتماعية خاصة به (يضع قوانين لنفسه ويلتزم

-يميل للتنافس الجماعي لا الفردي (الاشتراك في الألعاب الجماعية)

كيف نواجه الغيرة الاخوية :

- نعد الولد لمجئ أخيه قبل شهر ويساعد في تحضير أشيائه ولانغير سريره ونعطيه هدايا.
- لا نرتاع أمام غيرة أولادنا ونسمح لهم بالتعبير عنها بطريقة معقولة

تأثير الخلافات الزوجية

8-Impacts of Parental Conflict on the Core Developmental Tasks

(تأثير الخلافات الزوجية على النمو والتطور الطبيعي للابناء)

إن تأثير الخلافات يكون من خلال وجهتين:

التأثير المباشر لما يشاهده الطفل من اشتباكات ونزاعات يمكن ان يكون طرفا فيها

التأثير غير المباشروذلك يكون ناتجا عن التغيير الذي ينشأ في بعض اليات الحياة بسبب هذه الخلافات

ويكون ذلك في:

بناء الثقة والتفهم للعلاقات- 1

تطور الارتباط الاسري (يسود نوع من التفكك وعدم الامان)-2

3-تكون بعض الانحرافات السلوكية من العدوانية والاندفاعية واضطرابات في العلاقات الاجتماعية وتكوين صداقات ناهيك عن الاضطرابات العاطفية من القلق والتوتر والتهيج تذبذب المشاعر,

وهذا يؤثر سلبا على النمو والتطور الطبيعي لمشاعر الطفل وإحساسه بالامان مما يؤدي الى تفاعله بشكل غير سوي مع الازمات مع ضعف ثقته وايمانه بقدراته في التعامل مع هذه الأزمات

4-تكون قناعاته الداخلية الخاصة بذاته (عامة لا يستطيع الطفل ادراك اسباب الخلافات الزوجية من وجهة نظر الاباء قبل سن 7 سنوات ,كما ان الاطفال في سن 4 او 5 سنوات هم اكثر الاطفال عرضة للتأثربهذه الخلافات لما لديهم من نزعة الاحساس بالذنب ولوم الذات) كذلك كلما كان تدخل الطفل بصورة اكبر في هذه الصراعات كان تأثره اكبروكان أكثر عرضة لأعراض القلق والاكتئاب

تكوين الصداقات - 5

التكيف مع المدرسة والعملية التعليمية -6

وامل التي تخفف من تأثير الصدمات والضغوط على الطفل او التي تساعده على امتصاص الصدمات:

1- عوامل شخصية

الذكاء-الثبات الانفعالي-المواهب والقدرات الخاصة-الجاذبية البدنية-القدرة على التصرف تجاه الازمات-قدرة الطفل على استيعاب وتفهمه للمواقف

2-عوامل بيئية او مجتمعية

الدعم والتجاوب العاطفي مع الطفل- من خلال الاهتمام والعناية من قبل ابويه-

تكون علاقات وطيدة مترابطة مع الاخوة-

ممارسة انشطة تدعم احساس الطفل بالكفاءة والقدرة والنجاح-الانضباط (حل المشاكل- الدفءوالنظام-فهم الاحتياجات النفسية للطفل وكيف يفكر-العمل لأهداف طويلة المديIdentifying long-term goals

التعامل مع السخرية
علم طفلك أن يتجاهل السخرية أو أن يأخذها بروح مرحة ودعهم يتعاملون سويا بطريقة مقبولة فإذا تحول الخلاف الى عنف ولم تحضر مشاجرة أبنائك معا اجلس مع كل طفل على حدة لتستمع لوجهة نظره

الفصـــــل الخامـــــــس : الأطفـــــال صعبـــــــة الطبـــــاع

ان شهية الطفل للطعام تقل عموما بين السنه الثانية والسنه الثالثة من العمروتبدأ الشهية فى الاعتدال بدخول السنة الثالثة, وتمتد الشهية للأكل حتى تشمل أنواعا من الطعام كان يرفضها الطفل من قبل. ولكن الشهية تدخل فى مرحلة تناقص جديدة فى السنه الرابعة

– الطفل الصعب يختلف عن الطفل الغير طبيعي فهوطبع في الطفل وعلاجه هو محاولة فهمه فالوراثة لها دوروأنت كأب اسأل والديك ماذا كنت كطفل, النظام المنزلي مع تحضير الطفل قبل المواقف يسهل التعامل مع هذا الطفل.

–هؤلاء الاطفال لديهم مشكلة في نظرتهم لنفسهم وكأنهم لا يحبون أنفسهم وبعضهم يركز جدا أن يكسب دائما ويكون علي القمة فيبدأوا في الغش في اللعب ويسهل إحباطهم.

طباع الأطفال الصعبة هى:

9 child temperaments Characteristics of Thomas and Chess:

(activity level- intensity of his reactions- adaptability to change-approach/withdrawal to the new- sensory threshold to stimuli-regularity of his biological functions- easy distractibility-persistence with obstacles and his mood quality).

النشاط الزائد (يحتاج أنشطة ليخرج طاقته حتي أثناء جلوسه) أوالبطء (يحتاج لوقت أطول للقيام بأي عمل), تشتت الأنتباه, التأثربالأصوات والضوء العالي, عدم توقع تصرفاتهم أوالانتظام, العند والتمسك بشئ لفترات طويلة (لايحتمل الرفض والأوامر المباشرة ويحتاج اختيارات) أوسرعة الملل (يحتاج لتذكرة محببة وتشجيع و روتين مكتوب ونتجاهل اللح), رفض الجديد, صعوبة التعود علي التغيير,الأنعزال,المزاج السيئ ,البكاء اذا تأخر الطعام ويفعل ما يريد وقتما يشاء لكنه لا يستجيب للأوامر(مستقل).

–الطفل المرن(الأهدأ): منتظم فى مواعيد أكله,نومه, يتقبل المواقف الجديدة (أكل جديد–دخول المدرسة)– يتحمل الاحباط بدون انفجار– فى مزاج معتدل غالب الوقت– مبتسم–تظهرالمشكله فقط اذا واجه موقف لم يعتاد عليه بالمنزل

-الطفل الصعب (النشيط): عدم انتظام أكله,نومه,مواعيد حمامه,لايتحمل الجديد (بكاء بصوت عالى ,نوبات عصبيه)- لا يتكيف بسهوله ويحتاج لبعض الوقت- يواجه مشكلة فى العلاقات مع الاخر

-الطفل البطئ الحذر: يستاء بدرجة بسيطة من المواقف الجديدة واذا أرغم يلتصق بوالديه ويتقبل ببطء عند تكرارها- منتظم لكنه يستيقظ فى الليل- مشاكله على حسب:

(لو نشاطه زائد تظهر المشكلة فى مكان ضيق أو نظام غير مرن لو عنيد تظهر المشكلة عند محاولة إقحامه فى المواقف وهوغير جاهز أو عدم الثبات فى المحاولات لو مشتت عندما يطلب منه العمل لمدد طويلة أوعمل صعب).

طفل لديه نشاط زائد:حقائق هامه

1-جانب واحد في حياة الطفل لايشخص الطفل

2-مكان النشاط الزائد متوقع في المدرسة أكثر

3- طفل سن سنتين نشاطه الزائد أكثر من طفل عنده 4سنين

4- يكون النشاط زائدا في وقت معين من اليوم أكثر من الباقي (أو الجوع أو عدم النوم بعد الظهر)

5-بعض الطعام السكريات والمواد الحافظة قد تسبب نشاط زائد

6-نقسم التصرف لوحدات صغيرة ونلاحظ ما يسبقه (أيضا الطباع مثل فرط الحساسية,عدم التكيف وعدم انتظام المواعيد).

7-الطباع الصعبة

-في أول سنه:حركة كثيرة وصراخ-قليل التكيف للتغيير-منطوي-صراخ-غير منظم-حساس للضوضاء-مزاجه سئ (المغص سبب البكاء المستمر للاطفال حتي سن 4شهور فقط).

-ثالث سنه: صعوبة التركيز-عدم انتظام نومه ودخول الحمام-العند

4-6 سنوات:ظهورثقته المهزوزة في نفسه -دخول المدرسة(صعوبة التغيير)

إن شكوى فقدان الشهية هى شكوى متكررة من كثير من الآباء وفى بعض الأحيان تكون ناتجة عن حرص الأبوين الدائم على إطعام الطفل كميات كبيرة من الطعام لاعتقادهم أن ذلك هو الأسلوب الأمثل للحفاظ على صحة الطفل، ولكنه أسلوب خاطئ في التنشئة

برنامج التعامل مع طفل صعب:

تقييم الطفل لمدة 5أيام:-I-

ربط طبع الطفل بتصرفاته في المواقف المختلفة, تبسيط المهام اليوميه, قسم الوقت علي الاعمال–كتابة أفكارك–توقف عن التهديد بل سجل في دفترك ما حدث فلعمل نظام جديد يجب التوقف عما كنت تفعله

1–قائمة تصرفات الطفل:

متعدى:يعمل اللي علي مزاجه–يتجاهل الكلام ويفعل العكس

مقاوم:يرفض السماع ولاينفذ التعليمات

غيرمنتبه: لايسمع –يحلم كثيرا

عنيد:إرادة قوية, جسور

مبتهج:مرح متحمس لا يضايقه شيئ–لديه ثقة في نفسه–لا يبكي عند خروج أمه

دقيق:يطلب أشياءمعينه–يصعب ارضاؤه–يلاحظ أصغر الاشياء في الملابس والطعام

متذمر:لايرضي

مقاطع:يقاطع حوار الكبارحتي التليفون

متطفل:يتدخل في خصوصية الوالدين–يدخل حجرتهم بدون استئذان

أخلاقه سيئة:علي مائدة الطعام–يبعد اللعب عن الاطفال–وقح

أناني:كل شئ بتاعه

جامح:يكسر الاشياء

نوبات غضب مختلفة الوقت والشدة

2–ربط التصرفات بالمواقف الحياتية:متى وأين؟

المدرسة–البيت–الاستيقاظ من النوم–اللعب–الاكل– مع إخوته

3–قائمة طباع الطفل:

1–حدة المشاعر:* حاد ينفجر للمواقف الجديدة, يشكوعاليا صاحب صوت عالي, يبكى ونوبات عصبية عند الاحباط أو النقد أوعندما نطلب منه غلق التلفزيون, وسهل الاحباط صعب التكيف وتلبية طلباته حالا

> يكون القلق عرض لمرض عندما: تزداد حدته وتمنعه من ممارسة الانشطة ,خوفه من أى أذى للعائلة, أو خوفه الشديد ان يتم اختطافه أويتوه وعدم عودته للمنزل, أولديه ارق واحلام مزعجة ثم يرفض الذهاب للمدرسة, مشاكل جسمانية و نوبات خوف

مشكلة وفاة أحد الوالدين: الاطفال فى سن ماقبل المدرسة عادة ما يعتقدون ان الموت شئ مؤقت وان الشخص الذى يموت يرجع إلى الحياة مرة أخرى. اما الاطفال من الخامسة إلى التاسعة فأن طريقة تفكيرهم فى الموت تقترب من طريقة تفكير البالغين فهم يرون ان الموت شئحتمى وان الشخص الذى يموت لا يعود للحياة

* بسيط يتعامل بسهوله- *قليل الشكوى-يتكيف بسرعة* مع المواقف- سعيد عامة

2-الكف والتقيد:* زيادة الخجل, منسحب *ينعزل* مع ناس أومواقف لا يعلمها فقط فى البداية ومع الوقت يعتاد (من الممكن أن يختبئ خلف أمه عند لقاء الغرباء)

* قلة التقيد- متحمس للقاء شخصيات جديدة ويتقارب بتلقائية مع أطفال أخرى ويتحدث معهم ويحب اختبار أماكن جديدة وألعاب وحفلات.

3-النشاط:* زائد -طاقة وحركه لا تتوقف- دائما *متعجل-يجرى* أويقفز أكثر مما يمشى

* قلة- يجلس بهدوء لفترات طويلة ويفضل اللعب داخل المنزل عن الخروج ولا يتحمس للرياضة-يفضل *مشاهدة* الاطفال يلعبون عن أن يلعب هو

4-الاستمرارية:* زيادة المثابرة- *تركيز* لفترات طويلة على أى شئ يفعله بسهوله, عنيد

*التململ:سريع التشتت,يستسلم بسهولة فى مواجهة لعبة صعبه أو واجب يحتاج لمجهود فيلقى به ويبكى, يغير انتباهه من نشاط لآخروغير منتظم

5-الحساسية* زيادة- حساس للألوان والطعم والصوت, ينفعل عند الإجهاد البدنى أوالمؤثرات مثل:ضوضاء, حرارة ساخنه أو بارده أو ملابس لا تلائم حجمه- لايتحمل يده متسخة- حساس يلاحظ أصغر تغيير فى مزاج الاخرين أو شكلهم- يتأثر بحرارة الطعام

* قلة- لا يشعر بالمؤثرات بنفس الدرجة ويحب الانشطة المثيرة ذات المؤثرات العاليه

6-المشاعر:* نظرة تفاؤلية للاحداث ويعبر عن سعادته بالضحك العالى والحماس واللهفه ناحية الاشياء(يحتاج لربطه بالواقع)

* يشعر بالسعادة ولا يعبر عنها- سلبي المزاج(يحتاج لأصدقاء ايجابيين)

- وفي كل طبع(قليلا-متوسط-صعب للغاية)

-درجة اختلافه عن شخصيتك (محافظ- يثق فى الاخر- كسول-هادئ-فنان-اجتماعى- لوام – عصبى- خيالى)

4-ربط قائمة التصرفات بالطباع المختلفة

5-البحث عن الأسباب:هل يري الطفل نفسه سيئا-تري نفسك كثيرةالعراك مع الطفل وتختلفي مع الزوج في التعامل- هل هناك وسيله تلقائية لها نتيجة مع الطفل؟

6-قائمة بالتصرفات المهمة فقط التي تحدث يوميا ونغفل عن غيرالمهمة وناقشي الزوج فيها

II-استعادة السلطة الآبوية:النظام والتهذيب

1-إعلام الطفل بقواعد المنزل البسيطة والغير مسموح به بطريقة هادئة وليس وقت الخناق بعد كتابتها في ورقة و قراءتها يوميا للتذكرة حتي تصبح روتين, الثبات في المواعيد (الروتين اليومي) والتغيير في الآجازه فقط وخاصة: روتين الصباح(الاستيقاظ-الحمام-اللبس-الفطار-المدرسة)

روتين المساء:لعب-مذاكرة- تليفزيون(أخر خطوة)- سرير-نوم

(كل حاجة تاخد أد أيه مش مهم لكن المهم الترتيب وممكن الطفل اللي يقرره)

توقع نوبات عصبية من طفل 6س وجدال من الأكبر للمقاومة

2-نظام المكافأة: تعطي بعد اتمام العمل وليس قبله-تعطي لسلوك محدد والمكافأة محددة (لولبست لوحدك 5أيام متتالية حتاخد هدية تحددها)

مكافأة الروتين(طريقة النجمة)حتي 3سنوات:

لمدة خمسة أيام يقوم بالروتين المسائي يأخذ نجمة وعادة ينجح في عمل الأساس فقط في شهرين علي أن تكون خطوات الروتين واضحه ومحدده كذلك عدد النجوم المطلوبة قبل الهدية5مثلا وفي حالة عدم اتمام الخطوات لاعقوبة فقط منع النجمة.

3-الاتفاق مع الطفل علي التصرفات الغير مقبولة-ركز علي تصرفاته وليس علي دوافعه أومزاجه لاتكن عاطفيا بل منطقيا (لاتنجرف للغضب)-في أول تصرف غير مقبول بعد تأسيس قوانين البيت إنذار وبعد كده حبس في حجرته خمس دقائق(المهم الطفل يكون عارف انه لو ضرب اخته مثلا حيتعاقب في ساعتها)

يتأثر الأطفال بالعنف سواء تعرضوا له بشكل مباشر أو مشاهدة العنف فى الواقع أو فى الإعلام أو حتى سماع أخبار أو قصص عن أحداث العنف

4- للعقاب:اختصر(عملت كذا وعقابك كذا)-لاتتفاوض (مفيش تلفزيون لآني قلت ذلك, تكن حازما(مش عاوز أشوفك بتشخبط علي الحيطه ابدا انت فاهم)

لاتتنذر أكثر من مرة-كن مرنا(عند سنتين العقاب حرمان من برنامج تلفزيون أو حاجه حلوة-شقاوة في السوق عقابه مفيش ايس كريم) حتي لو الطفل قال ما يهمنيش العقاب استمر.

- ركز على مشكلة الآن ولا تربطها بالمستقبل, توقع مواقف الاختلاف واجهزلها.

5-الأبوة الحازمة

بعد البداية الناجحة لتطبيق القواعد التي وضعتها لكيفية تسيير الأمور في المنزل ,في استطاعتك الحديث مع اطفالك عن التغيرات التي سوف تحدث واذا كان لديك مراهق او من هم في طور الدخول الى المراهقة فمن المهم والضروري الجلوس والتحدث اليهم ربما كالآتي"ان الامور ستكون اكثر ترتيبا وحزما من الان وصاعدا لانني لم اكن اشعر بالارتياح لما كانت تسيرعليه الامور سابقا حيث انه كان هناك بعض التراخي ولم يكن هناك قواعد ثابتة تتبع داخل المنزل ,بالتالي من الان عند عودتك متأخرا مساء سيكون هناك عواقب لن ترضيك اما اذا رجعت في موعدك فستكافأ ومكافأتك هي ان يسمح لك بالخروج مساء الخميس القادم ,كذلك يجب عليك المحافظة على غرفتك نظيفة بصفة مستمرة وواجباتك المنزلية تؤديها دوما في موعدها كما انه يجب عليك الحفاظ على مستواك الدراسي بشكل جيد حتى يسمح لك بالقيادة والخروج في عطلات نهاية الاسبوع"

عزيري الاب عليك مراجعة نفسك وسؤالها بشكل مستمر:هل كنت حازما بدرجة كافية وفي التوقيت الصحيح ؟هل كنت صائبا منطقيا في توقعاتي وتطلعاتي؟ مثال:اذا كنت تتطلع ان ينام ابنك الطفل الصغير ذو الاربعة او خمسة اعوام الساعة السابعة مساء فهذا مقبول اما اذا توقعت قبول هذا من فتى مراهق ذوثلاثة أوأربعة عشر ربيعا فيجب عليك ان تراجع نفسك أنت مخطئ.

تذكر أن الابوة مثل الطفولة في تغيروتعديل وتطور مستمر لذا انت في حاجة الى مرونة وصرامة ودائما إعادة تقييم لقراراتك

الطفل الذي يمر بحدث كارثي وهو أى حدث يهدد حياة الطفل أو حياة الأخرين مثل اصابة شديدة او ضرب شديد أو الإعتداء الجنسي , أو عنف فى المنزل أو المجتمع ، أو حوادث الطرق أو الكوارث الطبيعية مثل الزلزال أو الحرائق من الممكن ان يتعرض " لإضطراب كرب ما بعد الصدمة".

في النهاية ان الابوة الحازمة الناجحة هي ارادة أب يتمسك ببعض القيم والعادات وقواعد هو من وضعها لأبنائه ستعود مستقبلا بفائدة هي زرع هذه القيم والعادات داخل عقول ابنائه والتي من خلالها يمكنهم التعامل مع العديد من الامور الحياتية ببسهولة ويسر بدلا من دخولهم في صراع

III-التعامل مع الطباع الصعبة:

***التدخل المبكرللأطفال:**

1-عدم الانتظام: لو لم يبدأ ينتظم في سن 8أسابيع اعمل روتين الرضاعة والنوم أقرب ما يكون للطبيعة (روتين الصباح:البيبي مثلا يصحي 7ص وينام 11ص ,ولو بكي في اي وقت اتأخر شوية انك تذهب له), (الرضاعة 9ص-12ظ-4ظ وتلح عليه10ق ولو رفض خلاص-لما يعيط عايز الرضعه في غير ميعادها تديله رضعه صغيرة لحد ميعاد رضعته).

(روتين المساء:ماينامش أكثر من 3-4س في اي وقت-تروحله وتلف حواليه من غير ما تشيله وما يصحاش بدري لوما نمش بالليل كويس- لو صرخ شيله وهديه وثبت طريقة تعملها كل مرة).

2-صراخ قبل النوم:علق صور اطفال نايمين وعليهم بطانيه ولاتقلق

3-الحساس:قلل المؤثرات حوله من نورودوشه-لاتلعب معه قبل ميعاد نومه بل تهديه بس وممكن يستحم قبل النوم علي طول وثبت الحاجة اللي بتهديه قبل نومه -دخله أكل جديد كل صنف لوحده-اضبط حرارة الآكل وحتي ماء البانيو

محدش غريب يقرب منه أويشيله علي طول

-"اهم مكافأه للطفل استحسانك الدائم له"

4-تسمية الطبع وتقوله للطفل (عارف أن صعب عليك تحس بالنوم كل يوم في نفس الميعاد) للاطفال أكثر من 3سنوات

5-من سن 5سنوات علم الطفل عن طبعه مع ميزاته (لو حسيت بملل تأخذ استراحه-لو حسيت بانفعال خذ نفس عميق وعد لحد 10ببطء-لو حسيت انك عاوز حاجه جدا تكرر3مرات اللي أنت عايزه وبعدين تحاول تفكر في حاجه ثانية أو تدخل موقف جديد وتنتظر لحد ما تحس انك مرتاح-كل ما تحس بصعوبة

الطفل ليست لديه القدرات المعرفية الكافية لكي يستوعب تلك الخبرات الصادمة ويعطيها معنى مفهوما (عدم القدرة على التعبير اللفظي عن معاناته) ولا يفهم مغزى الأحداث كما يفهمها الكبار

موقف تعلم اللعبة بتاعتك تتعامل فيه ازاي علي انك مدرس, الطفل اللي يخاف ينام لوحده نقوله اللعبه دي هيه الشجاع اللي معاك اللي حيساعدك انك لا تخاف لما تكون ماما بعيد).

تعليم مهارات التنظيم لطفل الابتدائى :-6

1-الجدول للواجب والعمل المنزلى ويعلم على اللى أنهاه فيتعلم كيف يخطط لأى مشروع بعد ذلك وينظم وقته

2-التحضيرمبكرا وأن تكون له قدوة (مثل تحضير الملابس والطعام من الليلة السابقة)بداية الواجب مبكرا وليس لآخر لحظة

3-عمل تطبيق لهذه المهارة بالمنزل بأن نطلب منه توزيع الغسيل فى الدرج- ترتيب الملابس بالدولاب-تفريغ الغسالة

4-عمل روتينى يومى(استيقاظ ونوم ووجبات وواجب وراحة)

روتين ميعاد النوم (عشاء ثم لعب ثم غسيل الاسنان- دخول الحمام- لبس البيجاما- قصة- نوم)

5-الحفاظ على منزل منظم كل شئ فى مكانه وموعد محدد يوميا للطفل لتوضيب حجرته ولعبه أومكان معين بالمنزل

6- عند نهاية الأسبوع مناقشة ماذا تم فيه من الجدول وتقديرهم لمدى استفادتهم من الوقت

7-تحدث معه عن مادة صعبة عليه-حدد له مكان للمذاكرة- تقليل التشتيت- استخدام الراحة أو تغيير المادة عند إحساسه بالملل واذا كان تركيزه ضعيفا نجعل الراحة على فترات متقاربة ثم نقللها بعد ذلك.

8-للتأجيل:الالتزام بجدول –مكافأة عند عمل شئ غيرمحبب للطفل فى ميعاده- علمه أن تكون جميع أدواته بجواره قبل البدء:

نظام النقط (5نقط عند البداية الان- 3نقط عند البداية بعد 3ق وما يساوى النقط من مكافأت) ونسأله اذا كان يود منبه أو ماما تذكره بميعاد البداية.

***برنامج التعامل مع كل طبع:**

I- طباع تظهر في البيت

في منهج العلاج عن طريق اللعب تتاح للأطفال الفرص للتعبير باللعب عن احباطاتهم وتوتراتهم وصراعاتهم وآلامهم وأعراضهم ومشاكلهم، وذلك داخل قاعة اللعب

1-التصرف العدواني (الاندفاعي):

علاجه التدخل المبكر واكتشف علامات الخطوره وتبعد الطفل عن الموقف أو تشتته لعمل شئ اخر أوالتبريد بأن تكون حازما وتنظر في عينه وتقول له "انت منفعل وهذاوقت التهدئه وحبعدك عن هنا, أساليب التهدئه مثل كتاب للصغارأو يقعد علي حجرك-أويأخذ دش يلعب فيه- برنامج تلفزيون يشوفه-أوياكل حاجة حلوه -أو يشغل أناشيد

2-التشتت:

حساب الوقت اللي يقدر يقعده هادي-تديله استراحه يطلع فيها طاقته (يأخذ استراحة مثلا كل 10ق)

3-التعامل مع التغيير:

-التحضير: شرح ترتيب الاحداث باختصار-ضبط منبه علي مواعيد التغيير المطلوبة وننبه الطفل من3سنين قبل ميعاد التغيير ب5ق (بعد5ق حتسيب اللعب وحتخرج معايا) "انت رايح عيد ميلاد ودي حاجة جديدة بالنسبة لك فلو تحب تقعد جنبي لحد ما تتعود مش مشكلة"-اعطاؤه وقت حتي يعتاد الموقف- لانتكلم نيابة عنه-لا نجعل تركيز الحضورعليه.

4-اللا توقع(عدم الانتظام في مواعيد الاكل والنوم):

-نفهم الطفل فيه فرق بين ميعادالسريروميعاد النوم (ده قرارك) وميعاد الوجبة وانه يأكل فعلا:(يستطيع أن يقعد علي السريروالنورمضاء ومعاه لعبه-يقعد علي السفرة يشرب عصير بس ولما يجوع يأكل من طبق مليان يجهزه بنفسه بجواره به شبسي وجزر وكيك) المهم الالتزام بالميعاد

ننفذ روتين المساء(خطوات ثابتة من بعد العشاء)-يقعد مع لعبة نسميها الشجاع ويعمل عليها أبوها أوالمدرس.

5-لايسمع:

غالبا بسبب التشتت لو طلب أكل مخصوص(همبرجر)لازم يقول: من فضلك وممكن تقول لآ-ننظر في عينه لوقت قليل كل مرة نكلمه فيها

6-البكاء:

يستطيع الطفل، من خلال اللعب أن يعيد نشاطات أو خبرات ماضية relive تلكالخبرات التي لم يكن الطفل يحكم فهمها في أول وهلة. من ذلك الانفعال شديدة الألم التي لم يتمكن الطفل من التعامل معها في وقتها

تقدرأن مزاجه سيئ وتحاول تتجاهل طريقته في التعبيرعن الحزن

في الطفل الحزين:

تفهم ولاتعاركه بل اعطيه اختيارات عند الشراء والاكل,(تمسك ايدي اليمين ولاالشمال واحنا بنعدي الشارع) وتمهيد الاشياء الجديدة عليه

7-حساسيه الطفل"أنا مش بحب ده"ممكن حدوثه مع الخجول اوغيرالمتكيف

8-عنيد (يطلب عمل الشئ أكثر من مرة):

قبل عمل الشئ نقوله من البداية أنت حتطلب تكراره وحتشعر بعدم الارتياح لكن لو كررت حتتضايق أكثر.Focus on process not content

9- الطفل المنفعل الغير مرن

صفاته: -نافر عند الاحباط (يعتقد أن أي حدث مرتبط به ويؤدي له والاخرين لايقدرون ما يمر به) وينهار مهما كانت المكافأة والعقاب,يفكربطريقة صلبة ولا يتفاوض.

السبب: -طبعه صعب الارضاء- فرط الحركة نقص الانتباه(صعوبة التكيف في الانتقال من نشاط لاخر مثل ترك اللعب والذهاب للعشاء)-عدم تطور المهارات اللغوية الخاصة بتنظيم المشاعر,تحديد الهدف وحل المشاكل ؛مما يعرضه للاحباط وأيضا حدة الطبع المزاجي.

علاجه: -فهم طبيعة الطفل والتعامل ليس من منطلق العقاب وانما بناء مهارة

-تقسيم التصرفات مثل إشارة المرور(مشجعة ومسموحة وممنوعة):

*التصرف العنيف الخطر(الذي يستحق نوبة انهيار الطفل التي ستحدث عند منعه) نتمسك بتطبيق النظام

*التصرف الهام(عمل الواجب-التحدث باحترام مع الأهل)

إذا كان العقاب سيجعله يستجيب المرة القادمة تقوم به والا عمل معاهدة"نتفق علي مشاهدة التلفزيون قليلا وعمل الواجب بعد ذلك" ليتعلم مهارات التفاوض

*تصرف أقل أهمية(أكله-لبسه-نظافة حجرته) يمكن إهماله وتشجيع السلوك المرغوب فيه.

من خلال اللعب يستطيع الطفل أن يعود الى الماضي regress لمراحل نمو سابقة أو لفترات زمنية سابقة، وأن يعيد الأحداثثانية أو يسترجع تلك الأحداث مرة أخرى، سواء في خياله أو في ألعابه. إنه يستخدم إما أشياء حقيقية أو أشياء خيالية لكي ترمز للعالم الحقيقي To symboliseوكأنه يلعب مع أشياء حقيقية الآن

10-التكاسل(عدم الرغبة):

مرتبطة بالتطورالمعرفى والعاطفى للشخصية ويكون تطورهم العاطفى اقل من عمرهم العقلى والمعرفى

-الانواع:

1- **بعيد:** لديه صعوبة فى ثقته بالاخر ومرتبطة بالسنين الاولى من الحياه (فقد الاب أوالصديق –كثرة التنقل- مرض صعب)

يخاف من مواقف تحتاج للثقه بالاخر, يعيش فى عزلة, يتميزفى المعرفة التكنولوجية ويستخدم التحليل في التفكير, سهل الاحباط-مندفع-يريد تلبية احتياجاته فوريا –علاقاته سطحية سريعة –مشاكل بالمدرسة- لايلتزم بعمل-يتأثربالاخرين ويقلدهم-*قلق*- يحب الاستقرار والثبات

يحتاج للقراءة والمعرفة عن الناس وليس الاشياء

2- **سلبى:** يسعي للتقبل وحب الاخر بدون التفكير فى احتياجاته,أهم مشكلة لديه الخوف من الفشل, وعند محاولته استرضاء الاخرين ويخطئ يشعر بالذنب ويرفض الاخر,أى تقييم يسبب له قلقا ويتحول للوسواس-يتأثربالاخر-متاعب جسمية خاصة قبل امتحان او تقييم.

يحتاج لتأكيد الذات ومهارة النقاش والمجاملة ومعرفة أن الاختلاف عن الاخر ايجابى-يواجه مواقف اختيارية ويرى مزايا كل فكر-يتعلم أن الكمال ليس الغاية بل الاستمرارية, وأن المجهود أهم من النتيجة.

3- **اعتمادى:** يسوف مسئولياته وتختفي اهدافه,يشعر بالملل وعدم الاهتمام ويلوم الظروف عند الفشل لتقليل قلقه,ومن يتحمل مسئولية الواجب والمذاكرة الاباء- وعند لومه يشكومن كثرة المطلوب منه- يغضب من التحكم ولا يفعل أى شئ وذلك ليشعربالسيطرة على الاباء, ويبدأ هذا السلوك مع وجود واجب منزلى.

يخاف من النجاح لان معناه الاستقلالية وعدم مساعدة الاباء له لذا يختار الفشل لضمان وجود الاباء بجواره واهتمامهم.

4-**عنيد مخالف:لا** يرغب فى توقف الالحاح من أهله فى طلب عمل شيئ منه حتى ينفعل كعذرولا يفعل شيئا, يتحول من الطفولة للبلوغ دون بناء شخصية والنقد يحوله للعند, ويخالف الاباء وغاضب

الانفعالات التي لا يستطيع الطفل أن يتعامل معها يستطيع الآن أن يسمو بها أو يعلو بها، أن يخضعها لعملية الاعلاء أو التسامي sullimated من خلال اللعب.

يجب السماع لمشاعره بهدوء وحزم والمرونه عند اعطائه مسئوليات وعمل نظام.

-التعامل مع الطفل الكسلان:

1-ادراك أنه مع نمو الاطفال يحتاج جسدهم للراحة قليلا والتأكد من عدم وجود أمراض لديه

2-لا تنتقده واعطه اهداف قصيرة ومكافأته على محاولاته

3-تنظيم الوقت بجداول والروتين

4-حاول التعرف على اهتمامات طفلك وشاركه فيها

5-اجعل الوقت ممتع وتحدث بحماس عن المذاكرة والمدرسة (أن تكون ايجابيا مثابرا, نقرأ وهم يكتبون الواجب, وليس الفرجة على التلفزيون وهم يكتبون الواجب)

6-ابنى ثقته بنفسه بأن يرى مواضع قوته

7-اعرف الطريقة التى يتعلم بها

8- ابدأ علاقة مسانده معه(اسمع له)

9-نجعل الواجب على شكل أسئله وفي مجموعة

10-يجب:- تحميله المسئولية والعواقب واذا أخر واجبا يجب ان يشرح لماذا وتكون المساعدة بالتوجيه وليس بأداء عمله- يتحدث عن مخاوفه وخوفه من المستقبل ومناقشة المواقف الحياتيه معه وطرق التعامل معها ويركز علي أهداف للنجاح.

- تعليمه المهارات الاجتماعية : كيف يتحدث للاخرين- كيف يتعامل عندما يعامله الاخرين بذوق- كيف يهدئ نفسه- كيف يكون محبوبا

- ومهارة حل المشاكل: معرفة ما يريده الاخرون- اعطائه لهم – كيف يتعامل مع سلوك الاخرين وتوقعاتهم واحتياجهم – كيف يتقبل نقد زملائه فى الفصل.

عندما نعلمه المهارتين سنفهم أن كسل الطفل بسبب ارادته فى الاختلاف و رفض سيطرة الاهل عليه فنكافئ على السلوك الجيد ونتجاهل عدم الاستجابه.

الأطفال الذين لديهم اعتقاد بأنه من المفترض أن يفعلوا ما يريدونه فقط لايستطيعون تحمل مشاعر الاحباط, و مثيري شغب وعند احساسهم بالغضب ينكرون مسئوليتهم الجزئية عن خلق المشكلة بسبب اعتقادهم بأنهم يستحقون معاملة مخصوصة فيبدأ أحساسهم بذاتهم في التدهور لاحساسهم بتربص الآخرين بهم فيزيد غضبهم

11-الطفل المجادل:

لايتقبل أنه مخطئ ويحتاج للتشجيع كثيرا

للطفل القلق الذى يتأثر بنقد والديه يحتاج لمعامله رقيقه فيها تشجيع اكثر وتعبير عن فخرهم به وليس عقابه

12-خجول:

يخفى وجهه-قليل الكلام-حساسية للنقد-غضب شديد مع أقل احباط-يتراجع عن غير المألوف (الغرباء, الحيوانات, طعام جديد)-احساس بالذنب-لديه مخاوف ومشاكل التوتر مثل تقلص المعدة و الأمعاء

ويحتاج للتدريب علي الجرأة بوضع حدود حازمة له وأن يكون اجتماعيا متعاونا, التكيف مع المخاوف و ليس الحماية منها, بتشجيعه علي تدرج المواقف الاجتماعية وتحدي الأفكار الخاطئة وعدم إهانته أمام أحد.

الخجل:

يقوم الطفل المفرط الحساسية مثلا بفعل شيء ما ليس بالصورة المطلوبة، فيقوم الأهل بتانيبه أو السخرية منه أو التحدث عن فعلته أمام الغرباء، مما يقير في نفسه مشاعر مؤلمة. فإذا تكرر هذا المر يصاب الطفل بالخوف والتحسس: الا أقوم ثانية بفعل شيء غير صحيح فيعمل هذا الخوف الدائم على تقييد وعرقلة جميع أفعال الطفل وزعزعة ثقته بنفسه، وبالتالي ظهور الصورة المرضية للخجلالمفرط لديه.

ومن العوامل الي تساهم في تنمية شعور الخجل المفرط يأتي نمط الحياة المنغلق

الخوف من المواقف الاجتماعية والنقد فيزيد افراز الأدرينالين فيشعر بمشاكل جسمانية و نوبات خوف (قئ- ضيق النفس), تشتت أفكارويتحول لطفل غير اجتماعي سلبي

السبب: قسوة الأب- مخاوف الأم وعدم الاختلاط باخرين

هناك بعض الأطفال الذين يكونون محبين للمرح واللعب بالإضافة إلى قدرتهم على تكوين الأصدقاء بسرعة كبيرة مع وجود بعض الأطفال الآخرين الذين قد

الأطفال كثيرة الرغبات دائما ينظرون لما بعد طلباتهم فيشعرون بسعادة وقتية عندما يحصلون علي الاشياء, ولعدم أحساسهم بالذنب لايشعرون بأذاهم للاخرين. وهم يحتاجون لتدريب علي المشاعر وضبط الذات وبعض الحزم من الوالدين والتربية بطريقة ردود الفعل السريعة التي فيها التقليل من حريتهم

يكونون انطوائيين بعض الشئ ويحبون الجلوس بمفردهم للتفكير والقراءة وممارسة مجموعة من الأنشطة الأخرى وهم بمفردهم

لا بد للأسرة والمدرسة من تدريب الطفل على المهارات الحياتية الخاصة ببناء العلاقات الاجتماعية الناجحة بطريقة منظمة مع استبعاد الأحاسيس السلبية من نفس الطفل. يحتاج الطفل إلى تعلم طرق التحدث أمام الناس دون رهبة، كما يحتاج إلى معرفة فن تكوين الصداقات، مثل: احترام رغبة الآخرين، وممارسة أدب الاعتذار والتسامح

1-إذا كنت تتناولين العشاء مع طفلك فى مطعم خارج المنزل، فيمكنك أن تطلبى منه أن يطلب ما يريده بنفسه

2-يجب على الطفل أن يعلم عدد الأشخاص الذين سيكونون موجودين فى تلك المناسبة ومدتها

3-يجب عليك أيضا أن تكونى مستعدة للجلوس مع الطفل حتى يكون على استعداد للاندماج مع الآخرين

4-يمكنك أن تتدربى مع طفلك فى المنزل على كيفية التحدث مع الناس لأول مرة

5-قاومى فكرة أن تقومى بالتحدث بالنيابة عن طفلك الخجول أو الانطوائي بل اتركيه لبعض الوقت حتى يستجمع أفكاره ويتحدث بنفسه

6-يجب عليك أن تذكرى طفلك أنه إذا بقى يتحدث بصوت منخفض ولا ينظر لعين الشخص الذى يتحدث إليه فإن مثل هذا الأسلوب سيظهره أنه شخص لا يريد التحدث مع الآخرين

7-احذري من تصنيف الطفل على أنه يحب العزلة فلا يجب عليك مثلا أن تقولى له: "أنت انطوائي"، بل يجب أن تقنعيه دائماً بأنه شخص اجتماعي متفائل وقادر على التغلب على المعوقات .... يجب أن يسمع الطفل الكلمات التشجيعية التي تحثه على المزيد من العمل المفيد

8-يجب عليك ألا تقارنى طفلك مع الآخرين وعموماً لا يجب مقارنة الأطفال بعضهم ببعض فلكل شخص سماته المميزة ومواهبه الخاصة. فالمقارنات تضر أكثر مما تنفع

يربط الاطفال ما بين رغبتهم في الحصول علي الشئ وثقتهم بأنفسهم ويشعرون بأنهم أفضل بالحصول عليه ويشعرون بأنهم تعساء ويغضبون عليه لو لم يحصلوا عليه فالشئ الجديد يحفز أفرازالاندورفين في مخ الطفل فيجعله يشعر بتحسن وقتى وبالطبع يبدأ الطفل بالبحث عن شئ جديد ليشعر بالتحسن ثانية

ويجدر لفت الانتباه الى الميزة التالية لشعور الخجل: فهذا الشعور يمكن ان يثار بسهولة عند بعض الأطفال شديدي الحساسية، بحيث يخجل الطفل ليس بسبب تصرف مشين قام به بالفعل، وإنما عند التفكير المجرد بإمكانية حدوثه. ويكفي لمثل هذا الطفل تصور أنه يمكن لمن حوله الاطلاع على قيامه بتصرف غير لائق حتى يحمر وجهه خجلا- بالرغم من براءته التامة، ومن المؤسف ان الأهل غير قادرين على ملاحظة هذه الظاهرة دوما. فعندما يلاحظون علائم الارتباك والحرج على مجه طفلهم فسرعان ما يعتبرونه مذنبا حقا.

13- كلامه غاضب:

يحلف كثيرا-يصرخ-يشتم-حساس للاهانة-متهور:يفقد السيطرة علي اعصابه ولايتوقف الا بالعنف ويتدهور مستواه الدراسي ويري نفسه غبيا-عدواني يضرب الغير

يحتاج لأخذ الأمور من وجهة نظر الأطفال الأخرين في المواجهات الغاضبة والدعابات مع التحكم في الغضب بالتدريب (ليس كل ما يغضبه فعل مقصود).

14- سوداوي:

مكتئب لا يتحمل صعوبات الحياه- يبكي عند خروج أمه.

يحتاج أن يفكر قبل الفعل ويضع حدا للمعتقدات التشاؤمية مع تكوين صداقات

15-الطفل النرجسى :

مشغول بنفسه يحتاج لجذب الانتباه لايدرك مشاعر الاخر

علاجه:1-ادراك ان الطفل يشعر بأنه سيئ لذلك يعوضه بالعظمه

2-شجع الطفل أن يدرك مشاعره السلبيه ويتحدث عنها ولكن لا تساعده أو تميزه عن باقى اخواته وعند عقابه فهمه لماذا؟ وعلاقة تصرفاته بالعواقب؟ والاندفاع ليس الطريقة لتحقيق ما يريد بل تحمل المسئولية وليس إلقاء اللوم على الاخر

3-علمه تأجيل الرغبات والفرق بين الاخطار الحقيقية التي تسترعي الاهتمام مثل أن يتوه وبين الاقل مثل أن يقع من يده طبق وينكسر, وعلمه تمييز مشاعر الاخروممارسة سلوك جيد

الثقه بالنفس لاتساوي أشياء بل بالسعادة بما لديك: أن يكون لديك احساس بمعني وهدف لحياتك فالأطفال بالمدارس التي فيها عنف وعدم احترام يحضرون هذا التفكير السلبي الي المنزل ويتعلمون أن التصرفات العنيفة تجعلهم يشعرون بالقوة مؤقتا ويشكلون القدوة السيئة لاخواتهم وتعلم الفوضى بالمنزل.

4-كن صبورا لأن هؤلاء الاطفال يعاملونك فى وقت انك افضل شخص فى حياتهم ثم يديرون ظهرهم لك.

16-الطفل الأناني:

في نهاية مرحلة الطفولة المبكرة التي تسبق دخول الطفل الى المدرسة يأخذ شعور الـــ "أنا" أو عي الذات بالتشكل لديه. ويأخذ هذا الشعور بالظهور في وعي الطفل لامكاناته الجسدية، وفي سعيه لاشباع رغباته دون أي إدراك لامكانية ذلك أو عدم إمكانيته، وفي الوحدة العضوية بين ذاته وبين ما يخصه من ممتلكاته، بدءا من والديه الحميمين وانتهاء بتلك اللعبة التي لا يلعب بها مع أحد

أما ما يخص تغذية الأهل غير المقصودة لنبتة الأنانية في طفلهم، فيمكن أن تتجم عن سعيهم الدائب لوهب الطفل كل شيء من أجل أن تكون المور جميعها لديه على ما يرام، ومحاولتهم لاشباع كل رغبة بيديها طبيعية كانت أم نزوة عابرة دون تمييز

إننا غالبا ما ننزع الى تفسير انانية الطفل لكي نجنب أنفسنا عناء تحليل الأسباب الحقيقية لتكونها والبحث عن منابعها الأصلية- بمقولة واسعة الانتشار : " انه طفل وحيد عندنا، وقد كرسنا حياتنا من اجله، وقدمنا له ثمرة جهدنا وعملنا، وهكذا فقد نشأ أنانيا محبا لذاته. فلو كان لدينا طفلان أو ثلاثة لاقتسموا كل شيء فيما بينهم بالتساوي، ويعرف كل منهم أن عليه التفكير بغيره. لكن ذلك في أغلب الحيان لا يزيد عن كونه تبريرا لتغطية عجزنا أو أخطائنا التي نرتكبها في تربية الطفل. فيمكن أن يشب إنسانا طيبا متفانيا حتى ولو كان وحيدا في أسرته، فعله الأمر لا تكمك في عدد الطفال في الأسرة، وهناك خطيئة شائعة أخرى حول تفسير الأسس التي تنشأ عليها الأنانية، وهي وجهة النظر التي تقول أن الأنانية التي تتولد فقط عندما تكون رغبات الطفل لا محدودة وعندما يأخذ الهل جميعا دون تمييز، أي أنهم يأخذون بتدليل الطفل وزيادة ملاطفته، فتتشأ لديه صفة النانية والاتكالية وعدم الاكترات بالآخرين. بالفعل فهذا التفسير لأسباب الأنانية شائع على نطاق واسع. لكنه اتضح أن الأنانية لا تتولد عن الحنان والاهتمام والدلال الزائد وحسب، بل أكثر ما تنشأ بسبب النقص الشديد في إظهار هذه المشاعر تجاه الطفل. ومهما يكن هذا المر غريبا، فالحقيقة هي هكذا، وليس من الصعب أبدا فهم ىلية هذه الظاهرة

الاطفال يعتادون ما يحيط بهم فوجودهم في وسط عنيف يعلمهم عدم الامان ويتحولون للعنف لمنع احساس العجز عنهم.

إذن فالأسباب التي تؤدي الى تكوين النزاعات الأنانية في تعامل الانسان مع الآخرين كثيرة، وهي تنشأ على أساس التربية الخاطئة للطفل في الأسرة ونمط تعامل الهل مع طفلهم

ولكن ما هي صور تجلي الأنانية؟ إنها كثيرة وتأخذ أشكالا مختلفة في كل مرحلة من مراحل نمو الطفل. فالطفل الصغير يعلن عن ذاته ويصيغ مطالبه بالصراخ، أما الطفل الأكبر فإنه يشعرنا بما يرغب عن طريق النوبات الهستيرية من الصلف والعناد، أما غذا متعناه من شيء مات فيما بعد- فيجيب بالغيرة والطمع. ثم تأخذ الأنانية بالتجلي في المجال الخلاقي على صور من اللامبالاة والخيلاء والتكبر على الآخرين وعدم الشعور بمعاناة الغير وحاجاتهم وتركيز الاهتمام على الرغبات والمصالح الذاتية....

عندما لا تتعاطف الأم مع الجارة أو الضعفاء

ماما، انظري كيف تمشي تلك العمة بتثاقل والطفل بين يديها، وفوق كل ذلك فالمسكينة تحمل حقيبة ...." لا تتلهى بمراقبة الآخرين هيا فلنتابع المشي

عندما لا يتعاطف الأب مع الأم عند مرضها

ومن المؤكد فإن طفلا كهذا لن يفكر يوما بتنظيف البيت أو تحضير الطعام قبل أن تعود أمه من العمل. فأباه لم يعلمه بعد معنى أن " يمرض" بنفسه دون مساعدة الآخرين، وأن يقلق إذا مرضت والدته ويهتم من أجلها، وأن يسرع الى المشفى لرؤيتها

يجب تنمية العطف والشفقه والمشاركة لديهم بأن نكون قدوة لهم وعدم الشجار أمامهم

> النوبات العصبية هي صرخة للمساعدة-فهي تحل محل مشاعر الغضب والاحباط وأن شيئا ما يحتاج الي تغير فهي رد فعل عاطفي وسلوكي وهرموني لآحساسبالخطرأوالفقد يسبقه أحساس أن شيئا ما كان يجب أن يحدث ولم يحدث فهي صرخة يجب أن تسمع

17-نوبات الغضب المقصودة:

لاتستسلم الا اذا كنت علي خطأ-نقول له تحكم في تصرفك-حاول تشتيته أو ابعد عنه أو تجاهله

-نوبات الغضب(طبع) وخاصة العنيفة: تعرف بأنها تكون أشد,نتعامل ب:- معرفة المسبب

-عندما تنتهي تحدث مع الطفل عما ضايقه (علمه متي يكون سعيدا,حزينا بحديث عن المشاعر)

-اجعله يلاحظ المسببات:عندما يحدث كذا أقوم بعمل---\أو أنك لاحظت عندما يقال له مثلا أنت لا تعرف..... ينفعل

-ويلاحظ المقدمات الجسدية للانفعال ويتنبه للمسبب فور حدوثه

حاول تشتيته واخرج من المكان اللي أنتو فيه

-اهتم بكل الاطفال وفهمهم وشاركهم من وقتك -وقت لنفسك وزوجك قل لأهلك لاينقدوك أمام الاطفال-تفهم أن مشاكل الاسرة (دخول المدرسة أو بيبي جديد) يخلي الطفل يرجع عنيد ثاني فلازم نرجع للروتين.

18- **نوبات عصبية:**

الطفل قد يتعلم العصبية من والديه ولذلك فإن كثيرا من مخاوف وعصبية الأطفال يتعلمونها بالتقليد ,كذلك فإن التدليل الزائد يعلم الطفل العصبية و الأنانية لأن التدليل الزائد يجعله دائم التمركز حول نفسه لذلك فهو يحب كل شيء لنفسه وإذا لم تلب رغباته بسرعة فإنه يغضب ويثور حتى تستجاب طلباته.

- -توقع من طفل 1-2 سنه ان تكون لديه نوبات عصبية فهي جزء من تعلم الاستقلالية ويختبر الحدود في هذا السن egocentric.

Normal toddlers: Love to say “no!” “Mine!” and “do it myself!”

Test rules over and over to see how parents will react.

Are not yet ready to share

Need lots of fun activities, play times, and opportunities to explore the world

Respond well to a routine for sleeping and eating (a regular schedule)

Like to imitate grownups and to “help” mom and dad

Most children outgrow tantrums by age 4

تزيد عند3 س (اكترفي العائله التي ليس لها نظام ثابت أو تحد من قدرات الطفل وتساعده فيما يقدرعليه وحده), أحيانا تحتوي هذه النوبات خوف والبكاء تعبير عن الاحتياج والرغبات وعدم الراحة والحاجة الصحية لجذب الانتباه ولا يجد ما يشغل نفسه به أو الحاجة للحركة.

افتح لأبنك مجالا أن يتحدث معك في مواضيع حساسة مثل العنف-بعد الاصدقاء-الجنس-المخدرات-الانتحار ولاتنفعل لما يقوله بل اجعله يكتشف مزايا وعيوب كل شئ وبذلك يتفتح مخه لاحتمالات أكثر واتفق مع زوجك علي طريقة تربية واحدة تكون حازمة

لدى الطفل عند بلوغه عامه الثالث شعور الوعي للذات (شعور الأنا) مع ما يرافق ذلك من ظواهر موافقة للاعتماد على النفس. وأول ما يبرز هذا الشعور بصورة أفعال عملية: يصبح بإمكان الطفل أن يلبس ثيابه بدون مساعدة الآخرين، والاغتسال وتناول الطعام بصورة ذاتية. لكن هذا التوجه للقيام بجميع الأفعال العملية دون مساعدة الكبار، والتصرف بشكل مستقل عنهم، واجتياز بعض العقبات التي تعترضهم تظهر بصورة جلية في سلوك الطفل بالحاحه الدائم " أريد بنفسي"، " انا سأرتدي ثيابي"، تنتزع الطفلة ثيابها من يدي أمها بحدة، وبالرغم من أنها ترتدي ثوبها بالمقلوب فهي تتابع ارتداءه بنفسها. " أنا وحدي ساربط شرائط حذائي" يؤكد الصبي الصغير وهو يلهث مجاهدا النجاح بذلك ومبدلا مكان الشريطة بالأخرى دون أن يتوصل الى ما يبتغي . إن مثل هذا النزوع لاكتساب الخبرات الجديدة بصورة ذاتية- هو نتيجة جلية لتشكل الوعي الذاتي لدى الطفل، أي إدراكه لشخصيته المميزة " النا" وإحساسه بإمكاناته النتفردة

> إن تربية المشاعر وبالأخص المشاعر الأخلاقية. هي عملية بالغة التعقيد والصعوبة إذ لا يمكن اعتبار الطفل مجرد مادة لدنة نستخدمها لتطبيق أفعالنا التربوية

ويأخذ الطفل تدريجيا بإدراك ووعي العمليات التي يستطيع فعلها باستخدام طاقاته الذاتية، وتقدير الأعمال التي يمكن أن يقوم بها بنفسه، وتحديد الأشياء التي يعجز عن التصدي لها دون مساعدة الهل، والمور التي يستطيع إظهار استقلالية فيها، والمواقف التي يتوجب عليه اللجوؤ فيها لطلب مساعدة ونصيحة الآخرين. وبالطبع فإذا استطاعت الأم فهم طفلها، فإن ذلك يساعدها فيما بعد على تجنب الخلاف معه، " هل ترغبين بوضع الأكواب بنفسك؟ حسنا فلتضعيها، لكن عليك أن تأخذيها كل وحدة على حدة، فإن ذلك أسهل لك ولن يكسر عند ذلك أي منها- تنصح الأم ابنتها بالرغم من معاناتها بعض الخوف على مجموعة الأكواب الثمينة. " كأنك ترغبين في غسل الثياب معي؟ إذن هيا احضري الحوض. هلم اغسلي مناديلك وسراويلك القصيرة"- تشجع الم بهذا الشكل طفلتها لتفعل نفس العمل الذي تشاهده بنفسها

بالطبع إن أولى أعمال الطفل الذاتية تكون غير متناسقة وغير متقنة: فالطفل لا يستطيع القيام بكل شيء ويلزمه لذلك الوقت الكافي والخبرة المكتسبة. فالخبرات تأخذ في التشكل لديه تدريجيا عن طريق التدريب والتمرين المستمر.

لذلك، لابد من فسح المجال أمامه ليدرب نفسه، وكي يشعر بمقدرته الذاتية على القيام بفعل ما. ولا ينبغي لنا إظهار التذمر والغضب غذا لم يتمكن طفلنا الصغير، الذي باشر لتوه تعلم تناول الطعام بنفسه، من تناول حسائه بصورة حسنة، وصب نصفه على ثيابه وعلى مائدة الطعام، ولم يقم بإسقاط قطع المكرونة على الأرض والمائدة فحسب، بل وأوصلها بمقدرة فائقة الى رأسه أيضا.

ان نتيجة هذه التمارين بالغة الأهمية- فهي تشعر الطفل بشخصيته المستقلة، التي تسمح له بفعل شيء ما دون مساعدة الآخرين

وإلى جانب هذه الاستقلالية تنمو لدى الطفل رغباته الخاصة: "أنا أريد هذا"، أو " انا لا أرغب ذاك"، "أنا لن أفعل". يبدأ الطفل بالاعلان عن رغباته. وهذا أيضا صيغة طبيعية لسلوك الطفل ترتبط أيضا بتشكل الشعور بوعي الذات لديه، حيث يأخذ الطفل بوعي رغباته ونوازعه. وإذا كانت المراحل المبكرة من عمره لا تشهد تباينا يذكر بين رغبات الطفل ووالديه. حيث كان إقناع الطفل وإلهاؤه عن الأشياء الممنوعة وصعبة التحقيق أمرا سهلا، فإن رغباته في المراحل التي تتلو تصبح أشد قوة وأكثر ثباتا، لذا يصبح من الصعب إقناعه بسهولة.

ولهذا السبب يطلق الكثير من علماء النفس على الفترة التي تقع بين السنة الثانية والثالثة من عمر الطفل تسمية الفترة الحرجة، أو دور التأزم، لأن هذه الفترة تترافق مع ظهور أولى التناقضات بين مطالب الانسان البالغ ورغبات الطفل الجامحة، التي تأخذ شكلا حادا بسبب تشكل شعور الاستقلال الذاتي لدى الطفل في هذا السن بالذات، وزيادة نشاطه. من هنا تظهر الصعوبات في التربية- عناد الأطفال وسلبيتهم. أما اذا أظهر الانسان البالغ مقاومة شديدة لهذه الرغبات وحاول كبتها، فغن الطفل يأخذ بإظهار استيائه ومعارضته عن طريق الغضب، فياخذ بالصراخ وضرب الأرض بقدميه.

> إذا نحن لم نلحظ هذه الفترة العابرة من حياة الطفل، التي تتحول فيها نظراته الأخلاقية البسيطة الى مشاعر ثابتة ودوافع مستقبلية قوية لتحديد تصرفاته، فسيكون من الصعب جدا فيما بعد التحكم بسلوكه، خاصة عندما تصبح هذه التصورات الثابتة معاكسة لمعتقداتنا وتصوراتنا الحياتية

العلاج المنزلي للنوبات العصبية:

It is often easier to prevent tantrums than to deal with them once they get going. Try these tips: Direct your child’s attention to something else. (“Wow, look at that fire engine!”) Give your child a choice in small matters. (“Do you want to eat peas or carrots?”) Stick to a daily routine that balances fun activities with enough rest and healthy food. Anticipate when your child will be disappointed. (“We are going to buy

groceries for dinner. We won’t be buying cookies, but you can help me pick out some fruit for later.”) Praise your child when he or she shows self-control and expresses feelings with words. If you cannot prevent the tantrum, here are some tips for dealing with it: Say what you expect from your child and have confidence that your child will behave. Remain calm. You are a role model for your child. Holding your child during a tantrum may help a younger child feel more secure and calm down more quickly. Take your child to a quiet place where he or she can calm down safely. Speak softly or play soft music. Some children throw tantrums to seek attention. Try ignoring the tantrum, but pay attention to your child after he or she calms down. Resist overreacting to tantrums, and try to keep your sense of humor.

للتعامل:* قبل حدوث نوبة الغضب:

1- شتت طفلك عن احباطه أو خذه من الموقف الذي يحفزه للنوبة

2- نسمع اهتماماته مع عمل جدول منتظم ومتوقع للطفل (هذا ينفع عند توقع النوبة في حالات مثل بداية نشاط, الاستحمام, الزيارات, فاذا كان الطفل يرفض النوم تحدث معه 20 ق قبلها عن نشاط مرح تقومون به لليوم التالي) وقلل حاجتك لقول لآ مع عمل بعض القواعد المنزليه مثل حفظ الاشياء الخطر بعيد عن الطفل مع عمل أوقات منتظمة للآكل والنوم والتأكد من انه يأكل وينام جيدا فالآباء الذين يتوقعون تصرفات الاطفال عند كل وقت يساعدون أطفالهم أكثر

3-اعط للطفل بعض اختيارات للتحكم فى حياته بأن يختار بين شيئين مثل: تحب تغسل اسنانك الان أم بعد الفيلم؟ ونتنبه للطفل عندما يكون هادئا نحكى له قصة ونلعب معه.

4- قبل الذهاب للمحلات يقوم الطفل بكتابة قائمة بما يريده وللصغار رسم ما يريدونه فى ورقة معهم حتى لايحبطوا من كثرة ما يعجبهم ويكون معنا كيس للحلوى أو ألوان لتشتيت انتباههم وننتهى بسرعة قبل إحساسهم بالملل.

5- مراقبة ما يستفزهم ليلاحظوه ويحاولوا تجنبه مع معرفة عواقب عصبيتهم.

*عند حدوث نوبه الغضب:

-هل تستطيع التعامل معها الان؟

Stop-Space-Regroup-Redo" technique

Stop: When you begin to feel angry, stop. Stop talking. Stop moving. Defuse your own emotions first so you can help your child.

يجب أن يتعلموا أن الصواب هو تحمل الآخرين رغم الاختلاف فمن يتعلموا هذه المهارة في الصغر يشعروا بسهولة الاختيار.

Space: Put some distance between yourself and your child. If your child is a baby, toddler, or preschooler, put her in a safe spot (in her crib or the arms of another person). If your child is older, remove yourself from the situation with a good exit line: "I'm going to the bathroom. Be right back."

Regroup: Take some deep breaths and think over the situation. Calm yourself down and decide how you will handle things. This is far better than simply reacting in the heat of the moment.

Redo: Come back to your child with a clear idea of what you are trying to accomplish.

تأكد أن مش انت اللي عصبي (*اهدأ* وكن حازما) – *اخرج* من الموقف أوابعد ابنك عنه– *لاتنفعل* انت ايضا–انظر للتصرف وليس الدوافع– اربط التصرف بالطبع و*تعامل*,لو مش طبع ومش مهم تجاهل,اذا كان التصرف مهم بمعني أن الطفل قصد كسر قاعدة عاقبه بعد انذاره مرة واحده فقط إما تحبسه في حجرته أو سحب ميزه منه.

– تكون في مكان يستطيع الطفل رؤيتك خاصة اذا كان الطفل صغيرا, إرساله لحجرته حتي يهدأ إذا كان كبيرا

– إبعاد أي قطع أثاث في متناول يده قد تؤذيه أو إبعاده لمكان آمن

قد نحتاج لإمساك الطفل حتي لا يؤذي نفسه

– كن ثابتا ولاتستسلم لمطالب طفلك

– لاتحاول إقناع طفلك اثناء النوبة وتحدث بهدوء لكن لاتعطيه محاضرة أوتهدده أو تجادله

– لاتخف عندما يحبس طفلك نفسه فدائما يفعلونها ثم يتنفسون ثانية أوتوماتيكيا.

–تجاهل التصرف : لو كانت أقل من دقيقتين فمحاولة منعها يزيدها فعدم الانفعال للتصرف يجعله أسوأ في البداية فقط ثم يتوقف (مثل عندما يرفض الذهاب للسرير,الرفس والعض والضرب)

–مكافأة علي الهدوء :بعد النوبة تهدئته ونقول له انه كان خارج السيطرة واحتاج لوقت للتهدئه فلا نسخر منه أو نعاقبه أو نقول طفل سيئ أثناء النوبة

بين عمر السنة والثلاث سنوات يكتشف الاطفال ان لديهم الكثير يريدون أن يفعلوه ولكنهم لايستطيعون

-اعترف بالمشاعر: "عند الهدوء قل له تفهمك واحساسك باحباطه أو غضبه وتقديرك لمشاعره مثل "أنني مقدرغضبك عند فشلك في ربط الحذاء"

-علمه طرق مختلفه للتعامل مع الغضب والاحباط

قدم اقتراحات للتحكم في الذات مثل التعبير بالكلام للتعبير عن المشاعر وتهيئة مكان مريح وآمن في المنزل للذهاب اليه للتهدئة ولاحظ التصرف الجيد وكافئه

-شجع أخذ راحة من نشاط محبط أو توجيهه أثناء نشاط يصعب عليه مع السماع لاحتياجاته

-كن قدوة حسنة فالأطفال تتعلم بملاحظة الاباء فى التحكم فى الانفعال وتعامل مع مشاعرك المحبطة بهدوء.

*لمنع النوبة :

- أخذ راحة من موقف غاضب أومحبط timeout (الوقت المستقطع هو أقصى صورة للتجاهل حيث يبتعد الطفل لوقت قصير عن أى مصدر للتدعيم خاصة إنتباه الأهل)
- حذر الطفل قبل إستخدامه (لو ملمتش اللعب هتقعد فى أوضتك)
- إذا لم يقوم الطفل بما هو مطلوب بعد الوقت المستقطع لابد أن تعيد الكرة مرة أخرى
- تجاهل الطفل أثناء الوقت المستقطع لو قام الطفل بأحداث فوضى فى الحجرة أثناء الوقت المستقطع فلابد أن يصلحها قبل أن يخرج من الحجرة

إذا استمر الطفل في هذه النوبات بعد ما يكبر تستخدم-

لآطفال أكبر من 3سنوات (الطفل يبعد عن الموقف ليهدأ وتزيد فترة بقائه بمفرده دقيقة لكل عام من عمره (قاعدة كف اليد)

وتعليمه أن النوبة ليست تصرفا مقبولا

- Time in

وقبلها نكون مع الطفل نسمعه ونحكي له قصة ونقلل إحباطه ونقربه منا جسمانيا أثناء اللعب بحضن مثلا عندما يؤدي الجيد مثل التربيت علي رأسه عند

يتحول الاحباط سريعا عند الطفل الي غضب موجه تجاه المهام او المواد((أنا اكره الحروف-الاقلام سخيفة)) أو قد يحول الطفل غضبه تجاه الكبار((لن افعل ذلك ولن تجبرني علي القيام بهذا الامر)) أو قد يحوله تجاه نفسه((انا غبي -لا احب طريقتي في الكتابة))

اللعب بهدوء فيفهم استحسانك له أو قول تعليق مثل "إنني احب رؤيتك تلعب بهدوء أوتقرأ عندما أتحدث تليفونيا".

هذه النوبات تحتاج الي علاج دوائي فقط عندما تكون خطيرة, تستمر أكثر من 15 ق أو في طفل أكبر من4 سنين أو عرض لمرض.

العصبية و مص الإصبع

تنتشر الحركات النمطية المؤقتة (مص الإبهام وهز الجسم) بين الأطفال تحت سن الثالثة لجلب الراحة وتتوقف في الرابعة ولكن إذا استمر به الحال إلى قبيل دخوله المدرسة عادة ما يصاحب ذلك الإغراق في أحلام اليقظة والاكتئاب والسرحان والانطواء والعزلة ويجب علاجه

الوقاية خير من العلاج :

أولا : يجب على الآباء والأمهات أن يعرفوا أن معظم الأطفال الذين يعانون من العصبية هم أطفال عاشوا في منازل تتميز بالقلق والتوتر والاضطراب العائلي.

ثانيا : يجب على الأباء أن يعودوا أبناءهم على الحرية واتخاذ القرار والتدخل في الوقت المناسب حتى ينشأ الطفل معتمدا على نفسه ولا يكون اتكاليا.

ثالثاً : البعد عن أسلوب الضرب والتحقير خاصة أمام أقرانه من الأطفال

رابعاً : يجب إشباع حاجات الطفل النفسية وهي شعور الطفل بأنه محبوب مرغوب فيه حتى يشعر بالطمأنينة ولكن يجب ألاتصل إلى حد التدليل الزائد .

خامسا : الاهتمام بهوايات الطفل والترويح عن النفس فإنها تساعد على تنمية شخصية الطفل

كيفية التغلب على عادة مص الإصبع؟

1. يجب تجاهلها أو صرف انتباه الطفل عنها طالما أنه لم يبلغ أربع سنوات من العمر خاصة عند شعور الطفل بالتعب، أما إذا كان الطفل يمص إصبعه إحساسا بالملل وكان عمره يزيد عن العام؛ فحاولي أن تصرفي انتباهه عنه وأعطيه شيئا يشغل به يديه دون أن تظهري له اهتمامك بهذه العادة، كذلك امدحي الطفل من حين لآخر على عدم مصه لإصبعه، إن أي ضغوط أو عقاب لمنع

غالبا ما يعبر الاطفال الصغار عن احباطاتهم في صورة نوبات من الغضب وعند هذه النقطة كثير منهم يتعلم كلمة (محبط) ويتوجب علي الاباء والمعلمين ان يعلموهم كيف يجدوا بدائل او حلول او علي الاقل يتحلوا بدرجة من درجات الصبر

مساعدة الطفل للتغلب علي الاحباط:
-قم بتحديد كيف يقوم بالتعبير عن احباطه والمواقف والأنشطة التي تظهره
-وفر بديل للسلوك الغير مقبول في التعبير عن الاحباط

الطفل من ممارسة هذه العادة قبل بلوغه السن التي يستطيع فيها استيعاب ما تقولينه عن أضرارها سوف يؤدي إلى زيادة مصه لإصبعه.

.2 مراقبة الطفل أثناء النهار: بعد أن يبلغ الطفل أربع سنوات من العمر ساعديه على الإقلاع عن مص الإصبع أثناء النهار، بأن تأخذي عهداً منه بالإقلاع عن هذه العادة بعد أن تبيني له مدى الضرر الذي تلحقه بالجسم، واظهري له شعورك بالفخر حياله لإقلاعه عن تلك العادة.

.3تأكدي من أن الطفل لا يمانع من تذكيره إذا نسي ومص إصبعه: افعلي ذلك بتعليقات لطيفة مثل: (خمن ماذا تفعل؟) ثم طوقيه بذراعك وذكريه بأنه كان يمص إصبعه مرة ثانية، شجعيه على تذكير نفسه إما برسم نجمة على إبهامه بقلم فسفوري أو بوضع شريط لاصق عليه ، ولكن يجب أن تدعي الطفل يقوم بفعل هذه الأشياء بنفسه، وامتدحيه كلما لاحظت أنه لا يمص إصبعه في الأوقات التي اعتاد على ممارسة تلك العادة فيها من قبل، كما يمكن أن تكافئيه في نهاية كل يوم لا يقوم فيه بمص إصبعه.

.4 مراقبته أثناء الليل : بعد إقلاع الطفل عن مص إصبعه أثناء النهار، ساعديه على الإقلاع عن ذلك أثناء النوم، بيّني للطفل أنه على الرغم من أن مصه لأصابعه أثناء نومه في الليل غير مقصود منه إلا أنه بإمكانه أن يتعلم كيف يتوقف عنه بوضع شيء على إبهامه عند النوم لتذكيره مثل قفاز أو جورب أو شريط لاصق يرتفع على أحد جوانب الإصبع وينزل على الجانب الآخر، لكن اتركي الطفل يضع بنفسه الشيء الذي اتفق على وضعه على الإصبع أو يستعين بك لمساعدته، اجعليه ينظر إلى تلك الطريقة على أنها فكرة ذكية وليست نوعا من العقاب.

.5 استعمال طعم مر المذاق:إذا كان الطفل أكبر من أربع سنوات فيمكن وضع طعم مر المذاق على إصبعه،خلال ليلة إلى ثلاث ليال مع مكافأة الطفل على عدم مص إصبعه،علي أن يقبل الطفل أن يستعمله، ساعدي الطفل ليضعه على ظفر إبهامه قبل الإفطار، قبل النوم أو في الأوقات التي يرى فيها الطفل يمص إصبعه سواء في النهار أو في الليل، وإذا لاحظت توقف الطفل عن مص

إصبعه لخمس ليال متتالية توقفي عن استعمال الطعم في الصباح، وبعد مرور خمس ليال أخرى دون مص الإصبع على الإطلاق أوقفي استعماله وقت النوم أيضا، وإذا عاود الطفل مص إصبعه ثانية فكرري نفس الخطوات.

.6 **يمكنك مراجعة طبيب إذا:**• كان عمر طفلك اكثر من 5 سنوات ولا يتوقف عن مص إصبعه بالرغم من تذكيره

•كان عمر طفلك اكثر من 6 سنوات ويمص إصبعه في أي وقت.

•كان طفلك يعاني من مشاكل سلوكية بالإضافة إلى الاستمرار في مص إصبعه.

20- مشاكل التعلق (الارتباط بالوالدين):

الاسباب:

1- المشاكل الزوجيه ,الطلاق أو مرض الأم أو انشغالها بحيث لا تعطى الطفل الاهتمام الكافي أو تعاطى عقاقير تؤدى لاهمال الطفل, فقد الاب أو مرضه

2- تغيير من يقوم برعاية الطفل عند ابتعاده عن عائلته وانتقاله من أحد لاخر

3- مرض الطفل

4- بكاء الطفل أو جوعه أو بلله ولا أحد يستجيب بالساعات

5-لا أحد ينظر له أو يتحدث اليه أو يبتسم له فيشعر الطفل انه وحيد فيقوم بالنوبات العصبية للحصول على الاهتمام

6- أحيانا يحصل على اهتمام وأحيانا لا يلقى أى اهتمام فلا يتوقع متى سيلقى الرعايه ولا يجيد أى علاقة

النتائج (الأعراض): فى البداية حتي سنة: يرفض الاكل-مغص شديد أو مشاكل رضاعة- وزنه لا يزيد- صعب التهدئة ولا يهدأ حتى بمحاولة الام القرب منه- يتجنب النظر فى عينيك ولايبتسم ولايتابعك بعينيه

حتي 3 سنوات: لايلعب بلعبه -يبكى- نوبات الغضب-اضطراب النوم

حتي 6 سنوات: نكوص(شكوي جسدية-مخاوف)- يلوم نفسه

في المدرسة: عنيف-وسواس

علم الطفل وضع استراتيجية لاتخاذ خطوات صغيرة الواحدة تلو الاخري في اي مهمة جديدة يقوم بها و حاول إشراك الوالدين ضمن فريق العمل ان امكن

للسيطرة علي السلوك عندما يشعر الطفل بمشاعر قوية يجب أن يتعرف علي مشاعره, أولا تحدث الي طفلك عن المشاعر وعرفه الرابطة بين المشاعر والسلوك ليكتشف كيف تؤثر مشاعرنا علي اختيارنا مما يؤدي الي تحسن ضبط نفسه

حتي 18 سنة:

1-مشاكل عاطفية :ضعف الثقة بالنفس – كثير الطلبات – لزج – مكتئب – لايتجاوب مع الاخرين- عناد الوالدين

2-مشاكل جسدية : يتعرض للامراض – وسوسة فى الطعام أو ملتهم أو يرفض الاكل – يأكل اشياء غريبة – يتأخر فى النمو

3-مشاكل اجتماعية : لا يستمر مع أصدقاء – مندفع- يعتاد على الغرباء بسرعة – عنيف – سلبى – متشائم- كذبه مفضوح-يأكل بطريقة غريبة

4-مشاكل تعليمية : مشاكل فى المدرسة – مشاكل فى النطق – دائم الثرثرة

أشكال التعلق: تظهر قبل 5سنوات

(1)التعلق التجنبى

مع أم ترفض الطفل أوغيرموجودة يبدوالطفل مستقلا لكنه غيرآمن ويتجنب التقارب والعلاقات فيكون عنيفا- غاضب غير مرن- ينقد الاخرين- حساس للوم- لا يتعاطف مع مشاعر أحد ,لايثق فى احد ولا يعتمد على احد- يرى نفسه غير محبوب لانه أحسن من الاخرين- يرى العلاقات تهدد احساسه بأهميته وسيطرته ولا تستحق المحاولة – يميل للاكتئاب لنقده نفسه- يتجنب الابوين ولا يفضلهم عن الغرباء وعندما يكبر يجد صعوبة فى التقارب والتعبير عن المشاعر مع آخرين ولا يؤمن بالمشاركة.

(2)التعلق المتناقض

عدم ثبات العلاقة الاسرية فيستجاب لطلبات الاطفال أحيانا وأحيانا اخرى لا وتفاوت التقارب الاسرى بدون سبب فيصبح الطفل قلقا من الترابط مع الاسرة ويكون اعتماديا لحوحا فى انتظار تنفيذ احتياجه- يهتم بالاخرين لكنه لايتمسك بصديق- يشعرأن الاخرين لا يقدرونه- لوام- يعتمد على الحب والعلاقات – غيور- لا يتقبل الرفض- يتأثر بغياب الابوين ولا يستريح عند عودتهم بل يكون عنيفا معهم وعندما يكبر لايتقارب – يقلق من عدم حب من حوله -يخشى الغرباء- لحوح يميل للاكتئاب لاعتماديته.

(3)التعلق الغير منتظم

عندما يتم تجاهله فيصبح فوضويا منعزل سلبى أوالعنف لتلبية احتياجاته,

عند سن سنة يجمع بين التجنب والعند– فوضوى

عند 6سنوات يبدأ فى الاعتناء بالوالدين" يشعر الطفل بمسئوليته عن الخلافات الأسريه حتي 7 سنوات ليستطيع أن يفهم طبيعتها"

ويتعامل بطريقة أبويه وتظهر فى أبوين يتعاملان بمبدأ الخوف والطمأنة فيتسببوا فى ارباك الطفل.

(4)التعلق الآّمن

يفارقون الاباء بدون عنف – يلجأون لهم عند خوفهم يسعدون بعودة الاباء ويفضلونهم عن الغرباء– يتعاطفون مع الاخر–لهم اباء يلعبون معهم ويستجيبون لهم–عندما يكبرون لهم علاقات متينة– يثقون بأنفسهم ويشاركون مشاعرهم مع الاخر.

العلاج

History of care type much important than symptoms (attachment figure)

التمهيد له قبل الانفصال أوالتغير فى حياته حتى لا يرتبك – المحافظة علي صحته– الترابط مع الطفل والاهتمام به والتواجد الدائم عندما يريدنا وندع الطفل يعبر عن احتياجاته أومشاعره بدون خوف – الصبر لحين ثقة الطفل فى والديه ونحافظ على روتين يومى فى أوقات المدرسة, استخدام اللعب لتعليمه كيف يتعامل مع نوبات الغضب.

الشعور بالغضب هو رد فعل طبيعي لما يحدث في حياتنا وتعليم الآطفال كيف يتعاملون جيدا مع هذا الشعور في سن مبكر يحسن قدرتهم علي التكيف والتحمل فمع زيادة العنف تعلم مهارة حل المشاكل شئ هام

21-My Child Has a Hard Time Making Friends لا يصادق

"ابنى على ابواب دخول الصف الاول الابتدائي ونحن منزعجون على كيفية انخراطه فى الحياة الاجتماعية ومشاركته أقرانه. العام الماضى فى الحضانة كان شديد الهدوء عكس اقرانه اللذين كانوا معا دائما فى الحفلات وساحات اللعب. ان هذا كان يؤلمنى كثيرا لذا لا اريد ان يكون هذا العام مثل السابق".

إنه لشيء مؤلم حقا ان ترى ابنك معزول اجتماعيا وغير مندمج مثل اقرانه بل قد يصل الامر الى ان يكون مستبعدا. كل الاباء يرغبون فى ان يكون ابنائهم مقبولين اجتماعيا لكن اريد منك ان تنظر الى نقاط قليلة :

1–هل تكلمت مع ابنك عن شعوره تجاه حياته الاجتماعية, احيانا كثيرة يفضل

البعض الخروج مع القليل من الأصدقاء واحد او اثنين وهو مايجعل الكثير من الاباء يعتبر ذلك ان ابنهم تعس فيما يفضل الكثير من الابناء ذلك عن المشاركة فى الالعاب الصاخبة التى يلعبها البعض لذا يجب ان تعرف رؤية ابنك قبل ان تفترض أن ذلك مشكلة

2–فى خلال هذه الايام العصيبة كثير من الاباء يعكسون مخاوفهم فى مرحلة الطفولة على ابنائهم وهذا شائع بين الاباء الذين كانوا يعانون من صراعات اجتماعية او خجل فى حين ان لديهم المزيد لفعله مع مشاعرهم الخاصةحول الطريقة التى عوملوا بها من قبل اقرانهم اثناء طفولتهم (السؤال أن تسأل نفسك هل هى مشكلتى ام مشكلة ابنى ؟) الاجابة تدفعك الى عمل شىء لطفلك او تعطيك فرصة ان ترجع للخلف وتراجع مشاعرك

3–ببساطة لابد ان تعتبر ان طفلك يمتلك مزاج وطبع مختلف عنك شخصيا: يمكن ان يكون انطوائي متحفظ او خجول يميل الى الاحساس بالضيق حال وجوده في جماعة ويفضل اللعب دائما بمفرده في وسط اكثر هدوءا

4–عندما تشعر ان طفلك يصارع من اجل تكوين صداقات ويشعر بالتعاسة لعدم تمكنه ....هنا يكون الوقت الامثل للتدخل بالمساعدة

كيف؟؟؟؟؟

–محاولة استقطاب واحد او اثنان من الاطفال في المدرسة للعب مع طفلك في عطلة نهاية الاسبوع او تحديد مواعيد للالتقاء بهم بعد اليوم الدراسي

–من المهم التعرف على اولياء امور هؤلاء الاطفال والتواصل معهم بحيث يكون هناك فرصة لدعوتهم طفلك الى منازلهم وتبادل الزيارات للعب مع بعضهم

–اذا كان طفلك يريد المزيد من الاصدقاء ولكنه يفتقد الى المهارات الاجتماعية التي تمكنه من ذلك فعلمه بعض هذه المهارات ليتمكن من الحصول على المزيد من الاصدقاء:

1–كيف يقدم نفسه للاخرين

2-كيف يطلب من الاخرين الانضمام او المشاركة في لعبة ما

3–طلب تحديد مواعيد بعد اليوم الدراسي للالتقاء

كيف تعلم طفلك تمييز مشاعر الآخرين؟ نستخدم الصور فى المجلات ونسأله ماذا تعتقد؟ كيف يشعر هذا الشخص؟ ونوضح له عندما يخطىء ونكررها

تكوين فريق للعب في ايام العطلات-4

التقاط والتعرف على الاطفال الذين يشاركونك نفس اهتماماتك -5

واخيرا عزيزي الاب عزيزتي الام لا بد من التأكد ان طفلك لا يقوم بازعاج الاطفال الاخرين حيث ان الكثير من الاطفال الذين يفتقدون الى المهارات الاجتماعية التى تمكنهم من تكوين صداقات يقومون ببعض الافعال بصورة غير مقصودة يصعب معها تكوين اصدقاء..مثال الاطفال المتسلطين- الاطفال الحساسين لما يدور حولهم بشكل مفرط او الاطفال الانطوائيين الذين لا يمكنهم مشاركة الاخرين

مناقشة هذه السلبيات مع الاطفال يمكنهم من خلق بيئة افضل ملائمة لتكوين صداقات.

طباع تظهر في المدرسة

22-عدم القدرة على انتظار الدور(فى اللعب أو فى الحديث):

العلاج: اللعب مع مجموعة صغيرة ثم زيادة عدد اللاعبين تدريجيا" من خلال مشاركة الأخوة و الأصدقاء فى البداية يذكر الطفل كل مرة بأن ينتظر دوره ، يمكن أستعمال بعض المذكرات اللفظية مثل" دورك بعد ... حضر نفسك و ضع يدك على الترابيزة بعد ما يخلص دوره

المنزل:التدريب على انتظار الدور بشكل فردى من خلال ألعاب مثل الدومينو يكافأ الطفل كل مرة ينتظر دوره و يخسر إذا لم يستطع انتظار دوره

المدرسة:من الأفضل تغيير مكانه بحيث يكون تحت إشراف لصيق من المدرس

يشرح المدرس له أنه لا بد أن يرفع يده قبل أن يتكلم

قبل شرح الدرس يذكر المدرس الفصل بهذه القاعدة

إذا تكلم بدون أن يرفع يده يشرح له المدرس أنه سوف يسمعه و يرد على أسئلته عند رفع يده

فى البداية يستجيب له المدرس بعد أن يرفع يده مباشرة بعد فترة يستجيب له كل ثالث مرة ثم خامس مرة و هكذا

من المهم تنشيط مخ الطفل ودفعه للتعود منذ الصغر على استعمال كل خلايا مخه وتقبل المعلومات عن طريق المثيرات المتنوعة المتعددة التي تسمح له بذلك وهناك العديد من الجوانب المناخية في الأسرة يمكن أن تساعد على تنمية الابتكار من أهمها: إن تربية المشاعر الجمالية لدى الطفل لا تقتصر فقط على تنمية حدة البصر لديه، وإنما تشمل تنمية مقدرته على استيعاب تناسق وجمال الواقع المحيط به

23- التهور على الأخرين لفظياَ أو جسدياَ :

فى المنزل: تجنب المواقف التى تسبب المشاكل مثل : تقليل عدد الأطفال ، تقليل الأختيارات ، وضع قواعد محددة

تجنب الأنشطة التى تثير ملل الطفل و مساعدته فى القيام بالمهام التى تضايقه مثل واجب مدرسى طويل

على الوالدين توقع نوبات الغضب قبل أن تحدث و محاولة منعها . أذا أحس الوالدين أن الطفل على وشك أن يفقد أعصابه يمكن أشراكه و شغله فى نشاط أخر يحبه

تجنب العصبية و الصراخ عند التعامل مع الطفل حتى إذا فقد أعصابه

المدرسة: أن يكون هناك قواعد محددة و واضحة للطفل مثل " مفيش ضرب أو زق أو شد" "ممنوع الصراخ" " مينفعش نشتم أصحابنا"

فى الأوقات التى تفتقر إلى نظام محدد مثل الفسحة أو الرحلات أو أتوبيس المدرسة يجب أن يذكر الطفل بهذه القواعد قبل بدايتها

وجود المدرس بجانب الطفل هام جدا لتوقع نوبات الغضب و التعامل معها بسرعة قبل أن تتصاعد فإذا بدأ بالصراخ لأحد الأطفال:

-يقترب منه المدرس و يحول بينه و بين الطفل الأخر

-يتكلم معه بصوت منخفض و يحاول تهدئته

يحاول أن يجعله يتكلم بصوت منخفض و يحكى له ما حدث

-يحاول أن يساعده فى حل الموقف دون اللجوء للعنف أو العصبية

يكافئه فى كل مرة يتكلم أو يلعب بصوت منخفض و لا يتشاجر مع أصدقائه

24- الإصرار على الرأى و عدم تقبل التغييرات بسهولة:

المنزل:وجود جدول واضح للأنشطة خلال اليوم و إذا حدث تغيير يجب أن نخبر الطفل بسبب التغيير و تحضيره لهذا التغيير

عند بداية أى شيء جديد يجب أن يشرح كل شيء بالتفصيل للطفل (الخطوات ، الأشخاص، النتائج) ليكون لديه توقع واضح للأحداث

من الأفضل أن يكون أى تغيير فى حياة الطفل بشكل تدريجى و ألا يكون هناك أكثر من تغيير فى نفس الوقت. فمثلاَ عند أشراكه فى نشاط جديد من

تخليص المناخ الأسري من الأساليب غير السوية في التنشئة مثل القسوة أو التدليل الزائد أو الإهمال أو التفرقة في المعاملة بين الأبناء أو التذبذب في اتخاذ القرارات، تحلي الآباء بالصفات والقدرات الابتكارية المشجعة على التقليد لهم والتوحد معهم

الممكن أن يبدأه مع أحد أصدقائه الذى يعرفه جيدا أو أن يذهب ألى مكان النشاط عدة مرات قبل بدء النشاط

المدرسة:فى بداية اليوم الدراسى يذكره المدرس بالجدول اليومى و تحضيره لأى تغييرات

إذا أصر الطفل على نشاط معين لا يريد إنهاءه يجب أن يذكره المدرس بموعد إنتهاءه قبل أن ينتهى بوقت كافى "فاضل عشر دقائق" "ده أخر دور فى رمى الكرة و بعد كده هنطلع الفصل" .

إذا أصر الطفل على عدم تغيير مكانه من الممكن أن يطلب المدرس من جميع التلاميذ تغيير أماكنهم مقعد واحد فقط و تكرار هذا بشكل تدريجى حتى يتم نقل الطفل إلى المكان الذى يريده المدرس

عند إشراكه فى أنشطة تفتقر إلى قواعد محددة مثل رسم لوحة جماعية يجب على المدرس فى البداية وضع بعض القواعد البسيطة لتنظيم العمل داخل المجموعة ثم تقليل هذه القواعد تدريجيا

يجب أن يتمتع البالغين بقدر من المرونة فأذا أصر الطفل على رأيه يجب أن يساعدوه للوصول إلى حل وسط بدلآ من إصرارهم على تنفيذ أوامرهم.

مثلآ إذا أصر على الإستئثار بلعبة ما دونا عن بقية أخوته فمن الممكن أن نعرض عليه أنه إذا سمح لأخوته باللعب بها لفترة قصيرة فأنه يستطيع اللعب بها بقية اليوم

25- البطء فى بدأ تنفيذ المهام المطلوبة منه:

تجنب الأنشطة التى تتسبب فى ضياع الوقت مثل التليفزيون و الكمبيوتر

تذكيره أن يبدأ فى الميعاد المطلوب (يلا نبدأ الساعة قربت على 5 , أستخدام منبه)

أن يتأكد المدرس من أن الطفل بدأ فى تنفيذ المهام المطلوبة منه فور سماع التعليمات

تحديد الوقت الذى من المفترض أن يبدأ فيه عمل واجباته

مقارنة هذا التوقيت بالوقت الفعلى الذى بدأ فيه

ملاحظة الطفل في استغراقه بأحلام اليقظة فلا نحاول إخراجه منها ولكن علينا أن نسأله عما يشغله ومساعدته على تنمية جوانب التخيل لديه.

كلما قل الفرق بين الأثنين حصل الطفل على عدد أكبر من النقاط

إذا كان الفرق كبيراً يجب مناقشة أسباب هذا التأخيرمع الطفل

26- عدم القدرة على الأنتهاء من أعماله فى الأوقات المحددة لها(عدم القدرة على وضع جدول زمنى أو الإلتزام به):

تقسيم المهام أو الواجبات الطويلة الى أجزاء ومتابعة كل جزء لموعده المحدد

لمساعدة الطفل للإنتهاء من العمل في الوقت المحدد من الممكن:

إستخدام منبه لإعلان إنتهاء الوقت المقترح

التذكير قبل إنتهاء الوقت بمدة كافية "فاضل عشر دقايق، حاول تخلص بسرعة"

لمساعدته فى أنجاز المشاريع المدرسية من الممكن أن يساعده المدرس فى تحديد الأشياء المطلوبة منه لإنهاء المشروع و عمل جدول زمنى لها بحيث تقسم الأشياء المطلوبة منه على الأيام

يراجع معه المدرس يومياً مدى إلتزامه بهذا الجدول

عند أداء الواجب المدرسى :مساعدة الطفل فى كتابة قائمة بالأشياء المطلوبة منه و مساعدته فى إختيار الأشياء التى من الممكن أن يبدأ بها و الأشياء التى من الممكن تأجيلها

نطلب من الطفل أن يحدد الوقت الذي من الممكن أن يستغرقه لإنهاء كل عمل في هذه القائمة

مكافأة الطفل في كل مرة يستطيع فيها الإنتهاء من عمله في الوقت المقترح

مقارنة الوقت الفعلي بالوقت المقترح، ثم الإستفادة بذلك في عمل الجداول الزمنية اللاحقة.

البــــــاب الرابـــع: الثقـــــــة بالــــــذات

الفصـــــــل الســــادس: أوجـــــه اضطـــــراب الثقـــــة بالـــــــذات

I - ضعف الثقة بالذات

فى محاولة من الاهل للشعور بطريقة أفضل ناحية أبنائهم يبدأون فى مدح الاطفال فى أصغر النجاحات والانجازات بدلا من تعليمهم التغلب على مشاكلهم بأنفسهم فلا يتغيرشئ ويثبتون المشكلة, فالثقة بالنفس ببساطة هى ثقتك بذاتك وبقدرتك على الانجاز.

Parents can do a lot to build their children's self-esteem. They can:

Recognize their children's efforts, even if they're not perfect

Appreciate their children's desire to help

Support their children when they fail and encourage them to keep trying

Tell their children all the things that make them special

We all thrive on encouragement.

Replacing criticism with encouragement can have a powerful effect on your child.

" Model, don't manipulate.

Lead, don't intimidate.

Support, don't shame.

Encourage, don't threaten.

Guide, don't push.

Listen, don't lecture."

دور الآباء على ثلاث خطوات: تعليمى – تدريبى – تنظيمى-I

التعزيز والإثابة المعنوية بشكل خاص كالتشجيع والتربيت على الكتف والابتسام وكلمات الاستحسان تؤدي إلى تدعيم وتثبيت السلوك وتكراره.

1- الدور التعليمى (تحديد المشكلة الحالية)

بتعليم الطفل كيف يستطيع أن يحل مشاكله بمعنى مساعدة الطفل فى تحديد سبب هذا الاحساس الآن وماذا حدث اليوم ومحاولة معرفة اقتراحاتهم فى التعامل مع المشكلة (مثل أن يكون الطفل تأخر فى أداء الواجب ,عمل شئ خطأ أوضايقه أحد أصدقائه, العراك ,عدم احترام الكبار في الاستجابة للقواعد أوإنهاء الواجبات وصعوبة التعامل مع المشاكل الحياتية مثل كيف يحضر الطعام عندما يكون جوعانا , كيف يشارك الاخرين اللعب, ما هو رد فعله عندما يقال له لا أوعندما يجاوب إجابة خطأ فى الفصل ويضحك عليه الاخرون).

فالفكرة الأساسية هى إدراك المشاعرووضعها فى مكانها الصحيح بينما يؤدى ماهوالمفروض عليه أداؤه فلا تستطيع أن تحل مشكلة اذا لم تستطع تحديدها بالضبط والتعامل مع المشاعر الملازمة للمشكلة والتعامل مع المشاكل الاكبر ثم الاكبر حتى يبنى ثقتة بنفسه.

2- الدور التدريبى (إرشاد الاطفال فى حل المشاكل)

1-للاطفال أكثر من 6 سنوات نسألهم ما الذى تستطيع أن تفعله فى المرة القادمة بدون أن تضرب, وللاصغر من 6 سنوات تعطيهم اقتراحات مثل اذهب الى حجرتك أوأن تقول أنك بحاجة لوقت تكون فيه وحدك

2-ضع أهدافا واقعية تدريجية وفى كل مرة نركز على تغيير سلوك واحد فقط ونكرر حتى يتعود الطفل عليه وأفضل عندما يكون فى وقت محدد من اليوم مثل الواجب فيتعلم الطفل فعل ما لا يريد فعله ودائما نبدأ بالتصرف العنيف, نركز على التصرفات أولا ثم طريقته فى التعامل فليس مفروضا أن يشعر بالرضا من التغيير المفروض عليه-أن نكون بجانبهم نعلمهم من خبرتنا ولا نحاسبهم على المحاولات الخاطئه للتغيير.

3-اعرف ما يستطيع فعله وما لا يستطيع (مناطق قوته وضعفه)

4-نطلب منه تصرفا لا يأخذ وقتا طويلا حتى لا يمل ولا يأخذ طوال اليوم, فمثلا عندما يتعلم طفلك شيئا جديدا وصعبا حاول إرشاده بقول: لقد تعاملت مع

تفهم وجهات نظر الطفل واختياراته وتنمية ذاته الإبداعية في اختيار ملابسه والألوان, وغير ذلك مع احترام إرادته وعدم إجباره على سلوك ما بالأساليب المشجعة على الاستقلال في التفكير والتفاهم والمناقشة الفعالة

هذه المشاكل من قبل وسوف تحلها ثانية (ماذا فعلت أخر مرة لحل مشكلتك) أو(أن أداءك جيد وهذه مجرد مشكلة أخري ستتعامل معها) أوهذه المشكلة كانت صعبة بالنسبة لى عندما كنت فى سنك ولكنى واثق من قدرتك على حلها فأنت استطعت أن تتعامل مع الآصعب, ماذا أستطيع أن أقدمه للمساعدة.

وهذا يعطى للطفل الاحساس بالسيطرة فاذا قال لك طفلك ساعدنى بتركى وحيدا فانك تجيب بكلمة حاضرولكنك تعلم أين تجدنى اذا احتجت أن تتكلم عن هذا, وعليك تمييز سلوكه وطريقته ان كان فى حاجة لتدخل فعلا وعدم تركه وحده.

أثبتت العديد من الدراسات العلمية أن الإبداع يتبع في نموه نمطا يمكن التنبؤ به فهو يظهر مبكرا ويلاحظ في تعبيرات الأطفال ومن خلال ألعابهم وفي أنشطتهم المختلفة

3- الدور التنظيمى(حدود لتصرفات الطفل لتعليمه عدم الاعتمادية)

بأن تقول له مثلا أنا اسف اذا كنت حزينا أو محبطا أو أنك لاتشعر بأنك شخص جيد الان, ولن ننسى أنه يلزم عليك أداء الواجب هذه مهمتك, أوأنا آسف أنك تشعر بهذه الطريقة ولاتستطيع أن تطلق غضبك على أختك وعلمه نتائج هذا التصرف وساعده لحل مشاكله.

أحيانا بدون أن ندرى نشجعهم على عدم الاعتذارولوم الاخرين بخلق أعذار عندما نسأل طفل لماذا ضربت أخوك ونكمل هل كنت غضبان, فعندما نسأل لماذا فأننا ننتظرعذرا بينما نريد معرفة الذى كان يحاول فعله فنسأله *ما الذى كنت تحاول الوصول اليه* عندما ضربته؟ لتسمح بفرصة للتغير وخلق رد فعل آخرللتصرف الغيرلائق.

فالحقيقة أن الاطفال الذين لايجدون حدود واضحة لتصرفاتهم الاندفاعية يلقون بإحساسهم بعدم القيمة على الاخرين فبدون القواعد والنتائج والاحساس بالمسئولية و الفهم لايستطيع الأطفال أن يتغيروا, ويثبتوا عند وضع الاحساس السئ يلقون به على الاخرين ويصبح هذا طبعهم فتكون التصرفات السيئة هى مهارتهم الوحيدة لحل المشاكل لانهم عندما يواجهون مشكلة يتحولون للعنف بدلا من التعامل مع مشاعرهم فيعتقدون أنهم أطفال سيئون, وليس عليك أن تجعلهم يشعرون أنهم جيدون أوأنه من المفترض أن تكون كل الايام جيدة.

Don’t get involved in your child’s emotions out of guilt or your own need to make her feel better. Instead, think, “She’s having an uncomfortable emotion that she needs to work through. I can stand next to her box but I don’t have to get into it.”

"علم طفلك كيف يتعامل مع المشاعر السيئة بنفسه بالتدريب على حل المشاكل وعمل حدود لتصرفاته بدلا من محاولة تغيير حالته المزاجية فراحة النفس تأتى من تقبل المشاكل وليس من اختفائها".

إن إعطاء الطفل الفرص للتعبير عن ذاته يمنحه وسيلة مقبولة اجتماعيا للتخفيف من الضغوط والصراعات ومشاعر القلق وتتيح له أن يكشف عن ذاته لزملائه ويكشف الآخرين عن ذواتهم له, وهي الطريقة الصحيحة لنمو مفهوم الذات الحقيقي للطفل من خلال علاقته بالآخرين

II -الغيرة الأخوية

هى مشاعر طبيعية بين الاطفال فهم يتنافسون على حب واستحسان الاهل ومهمتنا تعليمهم كيف يتعاملون مع بعض, ويكون التعبيرعنها بطريقة مباشرة في العراك, وغير مباشرة في الغضب والعناد وضرب الحيوانات والاكتئاب والخوف أوالنكوص, وعند الكبر يميلون للتنافس والتفوق ولا يحتملون الفشل أو تجنب التنافس ويحبون الظهور جدا أومتواضعين جدا أيضا الكرم المتهور أو الطمع الشديد.

ان الغيرة تجربة انفعالية تكاد تكون عامة بين جميع الأطفال وتختلف عن الحسد لأن الحاسد يحسد شخصا آخر على شيء يمتلكه هذا الشخص ولا يملكه هو اما الغيور فغنه يغير لأنه يمتلك شيئا ما يخشى أن يأخذه غيره والطفل الكبير عندما ترزق أرسته بمولود جديد لا يرغب أن يشاركه فيما يتمتع به من مزايا وقد يعبر عن غيرته هذه بالعدوان الجسمي عليه أو بإهماله او بعدم الاعتراف بوجوده، وقد يعبر عن غيرته في شكل بوال أو بمص الأصابع أو رفض تناول الطعام أو الشقاوة

1-كيف نواجه الغيرة الاخوية :

- نعد الولد لمجئ أخيه قبل شهر ويساعد في تحضير أشيائه ولانغير سريره ونعطيه هدايا.
- لا نرتاع أمام غيرة أولادنا ونسمح لهم بالتعبير عنها بطريقة معقولة (نعيد علي مسامع الولد مشاعره للتدليل علي تفهمنا له وضبط أعماله إما بدمية يضربها عند الغضب أوالتحدث عن مشاعره أمام الوالدين بحرية وبتقبل منهم)

- تأكيد حبنا للولد الاكبرونفهمه ان الصغير يحتاج اهتمام رغما عنه وتعطي الكبير وقت معك
- مساعدة الاخ الاكبر علي تقبل مسئولية الأكبر بالسماح له اذا شاء بالنكوص لتصرفات طفولية لفترة بلا مسئولية
- لا تقارن بينه وبين الصغير,لايجبرعلي العناية بالصغير,نعطيه امتيازات ليست للصغير مثل الفسح.
- تحاشي التدخل في المشاجرات الاخوية عن طريق وضع القواعد العامة "بداية الحكمة الصمت و السلطة تستدعي الاختصار لا الدروس" وهي طريقة تصلح حتي 10 سنوات:

1- لا تختار بين أبنائك :

فأثناء العراك يقوم الآباء بتدريب الأبناء على حل مشكلة التفاهم مع بعض بدلا من تحديد من المخطئ فالاختيار بين الاطفال يزيد من الغيرة فإذا جاء لك طفل يشكو من أن الآخرلايترك له الكمبيوتر, دربه على العودة وحل المشكلة (اقترح أن يذهب الى أخيه ويطلب منه برفق بدلا من العنف قائلا أحتاج الجهاز لمدة ساعتين هل نستطيع الاتفاق متى يمكننى استخدام الكمبيوتر لمدة ساعتين) وبذلك نكون قد علمنا الطفل مهارة المجاملة, تبادل الأدوار, استخدام التقسيم العادل والمشاركة (باستخدام الجداول أوالأيام الزوجية والفردية في أعمال المنزل مع تهدئة أنفسهم لحين ميعاد دورهم مثل نفس عميق- قراءة كتاب- بعض الرياضة)

2- عمل نظام لتحمل المسئولية فى العائلة :

لا تضع طفلك فى مكان الطفل الصح والطفل المخطئ, فالطفل المخطئ سيشعر بالغيرة من أخيه ويبدأ فى مهاجمته بدون سبب واضح لآنه دائما ما يلام على المشاكل. افصل الطفلين وتحدث للآكبر والآهدأ"أنا عارف انك تحب تلعب لوحدك, سأهديء اختك الآول وأعود لك"وتربت علي كتفه وتذهب للصغير وتلهيه بلعبه أو تلفزيون ثم ترجع للكبيرولاتعاقب إلا اذا حضرت المعركة من الأول, يجب أن يتحمل الطفل الصغير مسئولية سوء سلوكه ولا يلام الاكبر,مع منع الصغير من لعب الكبير إلا بإذن ولايدخل حجرته لو مغلقة

حول الأنشطة التي تساعد على تطوير مهارات اللعب عند الطفل، فإنه يجب أن توفر الأدوات والألعاب المناسبة للمرحلة التي يمر بها طفلك، وأن تعلمه كيفية استعمال هذه الأدوات والألعاب بنفسك أمامه، وتجذب انتباهه إلى كيفية استخدامها

3- التعامل مع السخرية :

علم طفلك أن يتجاهل السخرية أو أن يأخذها بروح مرحة ودعهم يتعاملون سويا بطريقة مقبولة فإذا تحول الخلاف الى عنف ولم تحضر مشاجرة أبنائك معا اجلس مع كل طفل على حدة لتستمع لوجهة نظره (حاول تفهم سبب المعركة ولاتأخذ جانب أحدهم) وقل لهم نفس الكلام مهما كان من المسئول عن البداية (كلاكما ستذهبان الى حجرتكم وتكتبوا ثلاث جمل عما ستفعلوه عندما تحدث مشكلة بطريقة مختلفة أو كل منكما يكتب اعتذارا لآخيه ولن يخرج من حجرته حتى يكتبه) واذا كانا يتشاركان نفس الحجرة يذهب أحدهما الى المطبخ حتى يهدؤا وذكرهم بأى مرة سابقة استطاعوا فيها السيطرة على مشاعرهم حتى تتكرر"عندما تكون غاضبا لاتلمس أحدا, ابتعد حتي تهدأ"

4- لا تتجاهل الطفل الجيد :

تذكر جيدا أن التصرفات التى تهمل تقل والتصرفات التى تتنبه لها تزيد لذلك انتبه للتصرف الحسن وكافئ عليه .

5- كن قدوة لحل المشاكل والاختلاف بطريقة محترمة ليست عدوانية والحفاظ على وقت مرح فى العائلة مثل الفرجة على فيلم أولعب الكمبيوترأو أكل وجبة العشاء سويا بدون وجود التلفزيون .

6- تعامل مع كل طفل على حدة :

التغلب على تنافسهم في جذب انتباهك بالتعامل مع كل طفل بأنه شخص متميز وتحديد يوم شهريا مع كل واحد وتقول له لماذا تحبه ولماذا هو متميز بالنسبة لك؟.

أن نعلم الطفل أهمية الوظائف الاخراجية بكيفية لاتثير فيه الشعور بالتقزز منها, ذلك لان الاعضاء الجنسية وأعضاء الاخراج ترتبط فيما بينها ارتباطا وثيقا وربما تحول اى شعور بالاشمئزاز نحو اعضاء الاخراج للاعضاء الجنسية

III-مشكلات الأكل والشهية:

هناك ثلاث مشكلات رئيسية ترتبط بسلوك الأكل والطعام لدى الطفل هى:

1-رفض الأكل والعزوف عن الطعام.

2-النهم والجشع فى الأكل.

3-مشكلات مرتبطة بشكل غير مباشر بعمليات الاكل والطعام بما فيها التقيؤ والتجشؤ وتأخر الفطام والاصرار على الاطعمة المسلية السريعة وعدم القبول

بالاكل الذى تتوافر فيه شروط الصحة والغذاء الجيد.

ومن بين هذه المشكلات الثلاثة نجد أن مشكلة الشهية للطعام هى من المشكلات الرئيسية التى تثير جزع كثير من الاسر, فان شهية الطفل للطعام تقل عموما بين السنه الثانية والسنه الثالثة من العمروتبدأ الشهية فى الاعتدال بدخول السنة الثالثة, وتمتد الشهية للأكل حتى تشمل أنواعا من الطعام كان يرفضها الطفل من قبل. ولكن الشهية تدخل فى مرحلة تناقص جديدة فى السنه الرابعة, فضلا عن أن الطفل فى هذه السنة قد يرفض أنواعا من الطعام كان قد سبق له أن قبلها وأحبها. وتتحسن الشهية من جديد فى الفترة ٤،٥ الى 5 سنوات, ثم تبدأ فى الاعتدال وتستمر على ذلك حتى سن 8سنوات.

وبالرغم من أن الفترة من ٤،٥ حتى 8 سنوات تشهد تطورا طيبا وشهية جيدة للاكل, فان الطفل فى سن 6قد تسهل اثارة قرفه أو اشمئزازه من أنواع معينة من الاكل لمجرد لونها أو ملمسها أو لانه يرى أحد أطفال الاسرة الصغار يتعاطاها بطريقة تثير اشمئزازه.

وتتزايد الشهية بعد ذلك لدرجة كبيرة, مما يثير قلق الاسرة,خاصة عندما يكون الطفل فى سن 12. ففى هذا السن يبدو الطفل كما لوكان يمتلك معدة لا تمتلئ . لكن عملية الضبط تبدأ فى سن 13 سنة وتنتظم عادات الأكل الأخرى بصورة أفضل فيبدو الطفل أكثر انضباطا.

1-رفض الطعام:

إن شكوى فقدان الشهية هى شكوى متكررة من كثير من الآباء وفى بعض الأحيان تكون ناتجة عن حرص الأبوين الدائم على إطعام الطفل كميات كبيرة من الطعام لاعتقادهم أن ذلك هو الأسلوب الأمثل للحفاظ على صحة الطفل، ولكنه أسلوب خاطئ في التنشئة

أما إذا كان يعاني من فقدان الشهية ورفضه للطعام بأي كمية كانت فيجب قياس طول ووزن ومحيط رأس الطفل لنري إذا أثر علي نموه الطبيعي, في حوالي 60% لايؤثر لأنها فترة مؤقتة و سرعان ما تتغير عاداته الغذائية, وذلك

عليه فينبغي ان يكون الاتجاه العقلي الذي يشعر به المراهق نحو العادة السرية هو أنهاعمل أتاه اغلب الناس في وقت من الاوقات وانها شي طبيعي الي حد ما فليست له نتائج وخيمة كتلك التي تعزي اليه في كثير من الأحيان ولكنها مرحلة الانتقال الي الحب الكامل بين الرجل والمرأة وعلي ذلك فمن اللازم الاقلاع عنها كما يحدث بالنسبة لعادات الصغر الأخري

بمساعدة الوالدين له بتقسيم الوجبات إلي خمس وجبات صغيرة جذابة توضع علي المائدة علي مدار اليوم بدون إلحاح مع زيادة الكمية دون ملاحظة الطفل وعدم إجباره إذا رفض الأكل ولكن نكرر المحاولة لاحقا, ملاحظة تفاعل الام مع الطفل اثناء الطعام: مدي اهتمامها , مدى امتلاء الملعقة وكيفية توجيهها وعدم السماح للطفل بالمسك للمعلقة, السرعة, التنويع في الاكل.

أما فى حال تأثر نمو الطفل الطبيعى وتأخره نتيجة فقدان الشهية وعدم جدوى جميع الطرق لاطعامه فى هذه الحالة يجب علينا أولا أن نحدد السبب الذى أدى الى فقدان الشهية عند الطفل وهل هو سبب نفسى أم عضوى فمن الاسباب النفسية مثلا وجود أطفال حديثى الولادة بالعائلة.. فوجود طفل جديد بالعائلة قد يصيب الطفل الاخر بنوع من الغيرة من المولود الجديد مما يدفعه للقيام ببعض التصرفات للفت النظر وجذب انتباه الوالدين اليه ومن هذه التصرفات هى رفض الطعام ,

وتحدث هذه الحاله لنسبه تقارب ال15% من الاطفال وفى هذه الحالة يجب استشارة الطبيب النفسى, لكيفية معاملة الطفل فى هذه المرحلة,

أما بالنسبة للاسباب العضوية فيجب أن يتم سؤال الوالدين عن وجود أمراض يصاب بها الطفل بصورة متكررة مثل وجود اسهال مزمن أو أمراض صدرية أو وجود مشاكل متكررة بالكبد أو الطحال,ومن الممكن أن يكون الطفل يعانى من مشاكل فى التمثيل الغذائى وعدم امتصاص الطعام بصورة جيدة .

وفى هذه الحالة يجب اجراء بعض الفحوصات والتحاليل مثل وظائف الكبد ووظائف كلى وصورة دم وتحليل براز وبول لمعرفة السبب الذى أدى الى هذه الحالة والبدء فى علاجه.

عندما يرفض الطفل أن يأكل دائما أو يتقيأ أو يشعربالغثيان (بدون مشاكل في البلع) نبدأ معه بعمل لستة نرتب فيها الاكل الذي يرفضه من الاقل للاكثرولستة الاكل الذي يحبه الغيرصحي ونمزجهما ونقول له افتح فمك واقطم ونحضنه بعدها, بينما عندما يأكل بروتين نسمح له بالفرجة على التليفزيون ويأخذ نجمة وعندما يرفض يمكث فى حجرته وتدرج كمية الاكل مع المكافأة وتدرجها وبعد

تلك الكراهيه للجنس المتاصله في اعماق الشعور الانساني انما هي نابعه من الخوف ودوافع الخوف هي :

1- النرجسية (الانا الطفوليه) وقد يلجا للقيم الخلقية ليخفي عن نفسه اولا والأخرين عجزه عن مواجهه الاخر والاتصال به.

2-الخوف من الانوثه عند الذكور

3-رفض الانوثه عند الاناث

ثلاثة أسابيع نعوده على أصناف أخرى (ألبان ,لحوم ,فواكه) يبدأ يشمها ثم الامساك بها ثم يضع قطعة من الطعام فى فمه لمدة ثوانى أثناء مشاهدة التليفزيون أو مع لعبه, مع السماح له بأن يقذفها ثانية وسوف يبتلع الطعام أثناء الفرجة لآن التليفزيون سيبعد عنه القلق وتزيد الكمية بالتدريج مع زيادة الاصناف وتقليل الاكل غير الصحى وقد نشجع الطفل على الاكل أثناء اللعب.

-للحالات المرضية: عادة ما يقئ المريض بعد الوجبات لذا من الضرورى ابعاده عن دورة المياه ساعتين بعد الاكل لتجنب السلوك المرضى مع متابعة الوزن على ان تكون الزيادة فى الوزن لاتقل عن 1ونصف كجم كل اسبوع.

2-النهم والجشع فى الأكل.

With regard to interrupting binge/purge behavior, we contract for reductions, explore and encourage alternative coping strategies, process behavior chains (i.e., explore thoughts, feelings, and behaviors before, during, and after each event), and examine the interpersonal costs of such behavior. With co morbid substance abuse, we generally recommend initial substance abuse treatment. For patients with comorbid borderline personality disorder, we suggest initially focusing on self-regulation and self-harm behavior, problem-solving .approaches and secondarily focusing on eating disorder issues

Family issues may include dealing with blame and guilt, tightening family boundaries, developing healthier responses to the patient’s behaviors, and adjusting the expectations of parents and/or significant others.

IV التبول اللاارادى:

لا يبدأ الاطفال في ادراك الدلالات الجسمانية عند عمل حمام الا عند سن سنة لسنة و نصف. السن المناسب للتدريب يبدأ عند سن سنتين . عند سن سنتين الي سنتين و نصف غالبا ما يبدأ الأهل في تعليم اولادهم كيفيه استخدام المرحاض.

و غالبا ما يظهر الاطفال استجابه , لكن قد يحدث انتكاسة فى بعض الاحيان مثلاً عندما ينشغلون باللعب او ينتقلون الي مكان جديد

إن تعرض الأطفال في صغرهم إلى التحرش الجنسي من قبل أحد افراد العائلة أوالمكلفين بحمايتهم له دور كبير في التحول إلى الشذوذ الجنسي

عند سن 3 سنوات غالباً ما يكون الطفل قد تعلم كيف يستخدم الحمام.

التقدم التنموي للطفل في تعليم المرحاض يحدث خلال الأربع سنوات الاولي.

Reflex Training:

اولا الصيف وقت مناسب لبدء التعليم.

يجب تعليم الطفل سبب و كيفية استخدام القعدة و ذلك قد يكون بأخذ الطفل للحمام مع الاهل و شرح له كيف يجلس علي القعدة و تحفيزه علي ذلك.

من الممكن البدء بجعل الطفل يجلس علي القعدة بعد الاكل و الشرب مع الحرص علي وجود وسائل تسلية للطفل مثل اللعب او كتب حتي يبقي جالساً.

اذا وجدت الام الطفل لا يظهر اهتماما و يرفض الجلوس علي القعدة, فيجب علي الام ان تتوقف عن التدريب لعدة ايام ثم تحاول من جديد.

اذا كانت الام متوترة او قلقة تجاه استجابة الطفل فيجب ان تؤجل البدء لحين ان تكون هادئة.

يحدث حينما تضع الام الطفل علي القعدة بعد كل وجبة انه يقوم بعملية الأخراج.

هنا تظن الام ان الطفل قد تعلم و هذا غير صحيح لأن الطفل لم يدرك متي يريد ان يذهب للقعدة و لم يعبرعن رغبته في الذهاب و لم يذهب بنفسه للقعدة.

عندما يصل الطفل الي مرحله اكتمال النمو فغالباً ما يتعلم الطفل فى مدة من اسبوع الي اسبوعين.

رفض الطفل للتعليم او عدم استجابته غالباً ما يكون جزء من مشكلة في التعامل بين الام و الطفل.

–لكي يتعلم الطفل يجب ان يكون:

لديه القدرة على البقاء **جافا** لمدة ساعتين على الاقل

ان يكون لديه عادة ثابتة لدخول الحمام (يحتاج لغيار الحفاضة فى مواعيد ثابتة)

يستطيع ان يعبر عن رغبته فى دخول الحمام.

التبول اللاارادى

مركب اوديب: اذا لم يتخلي الطفل عن معشوقه الاوديبي(أمه) خلال نموه ويبقي في اللاشعور علي عشقه الاوديبي فسوف يعيش ميوله الجنسية فيما بعد علي انها اعادة لغرامه المحرم الاول وبالتالي تقع هذه الميول تحت طائله التحريم الذي اصاب العشق الاوديبي مثيرة في النفس جزع غامض وقد يؤدي بالعكس للاباحية counter-phobic attitude فيفرط في نشاطه الجنسي خاصةعند المراهقين

الإطار المعرفي : ويتلخص في تكوين منظومة معرفية يقينية بأن هذا السلوك شاذ (أو هذه المشاعر والميول شاذة) من الناحية الدينية والأخلاقية والاجتماعية

– يتكون البول من الكليتين وعن طريق الحالب ينتقل للمثانه لتخزينه ويخرج منها عن طريق انقباض المثانه وانبساط الصمام (فتحة المثانه) فى نفس الوقت وتفرز جدارعضلات المثانه الأسيتيل كولين لتنقبض ويرسل اشارة للمخ بأن هذا وقت التبول.

–عملية التبول تعتمد على عاملين الاول هو هرمون مسؤل عن تقليل افراز البول من الكليتين الى المثانة أثناء النوم, والثانى الاستيقاظ عندما تكون المثانة ممتلئة وهى عملية تحدث ما بين عامين حتى ستة

–شرح المشكلة :التبول اللاارادى يعتمد على أن الطفل لايستقبل من المثانة انها مليانه وهو نائم فلا يقبض صمام المثانة ولا يقوم من النوم.

الاسباب الاكثر انتشارا:

– تأخرنمو الجهاز

– مع العامل الوراثى (وجود تاريخ عائلى للمشكلة)

الاسباب الاقل أنتشارا:

1– وجود التهاب مجرى البول (حرقان فى البول, وجود دم, كثرة التبول, الاحتياج الفوري للتبول, سخونه, الم بالبطن) وهى السبب فى التبول اللاارادى الذى يأتى فى سن متأخروفى الصباح أيضا.

2– وجود مثانة صغيرة الحجم الاستيعابي لذلك تنقبض سريعا قبل ارسال اشارة للمخ لإعلامه بالتبول وذلك نتيجة لمثانه صغيرة أومثانه مستثارة فى طفل من 3–8 سنوات أو نشيطة غير مستقرة نتيجة التهاب مجرى البول أوحصى أو مرض عضوى(السكر) أو ضغوط (مشاكل عصبية أو لتناول منومات أو مهدئات– اضطرابات النوم).

3– قلة إفرازالهرمون الذي يقلل إفراز البول فى المثانة اثناء النوم (والذى يحدث أيضا مع مرض السكر) وهذا لا يتضح الا عند سن 10 سنوات.

Decrease ante diuretic hormone ADH

5– الامساك المزمن

6– عرض نقص الانتباه مع فرط الحركة

7- تناول القهوة والشكولاته والكافين.

8- التأخر العقلى .

9-- اضطراب التنفس أو توقفه أثناء النوم (شخير مع صوت التنفس- فترات من النوم النهارى بكثرة- وجود لحمية أو لوز مع صعوبة التنفس الليلى) .

10-عمق النوم وصعوبة الأستيقاظ

11- زيادة التبول (سكر- زيادة الشرب- انيميا المنجل)

12- مشاكل فى العمود الفقرى(ضعف بالساقين وقلة الاحساس فيهم- Absent deep reflexes)

13-الضغوط العصبية (صعوبات دراسية, انعزال اجتماعى, وجود مشكلة عائلية مثل الانفصال, ظهور مخاوف جديدة

العلاج السلوكي: التعرف على عوامل الإثارة: حيث يتعاون المريض والمعالج على إحصاء عوامل الإثارة الجنسية الشاذة لدى المريض حتى يمكن التعامل معها

للتعامل: يجب أن تكون حجرته بجوار الحمام ونورها مضاء ولا نضع فيها البوت وننظم مواعيد نومه مع عمل علاج سلوكى

تجنب القهوة أو الاطعمة التى تؤدى للحساسية

وعلاج القلق والاكتئاب

الذهاب للحمام كل ساعتين بانتظام

الاسترخاء اثناء التبول مع أخذ وقت كافى

ونعمله جدول فى اول شهر من العلاج

اليوم	
موعدالنوم	
موعد ايقاظ	
موعد استيقاظ	
جاف أومبلول	مبلول
مساحة البلل	صغيرة
تعليق	ارهاق مرض أوعدم تنفيذ التعليمات

تمرينات الفراش الجاف:

(1) جدول التويليت للحالات الصعبة:

10 ق يجلس علي التويليت,5ق يبعد(يشرب كل 5ق أول ساعة)

10 ق يجلس علي التويليت,10ق يبعد(يشرب كل 10ق ثاني ساعة)

5 ق يجلس علي التويليت,15ق يبعد(يشرب كل 15ق ثالث ساعة)

5 ق يجلس علي التويليت,25ق يبعد(يشرب كل 30ق رابع ساعة)

5 ق يجلس علي التويليت,ساعة يبعد(يشرب كل 45ق خامس ساعة)

5 ق يجلس علي التويليت,4ساعات يبعد(يشرب كل 120ق سادس ساعة)

(2) مكافأة لما يصحى من النوم ناشف أويطلب الحمام أويستخدم التويليت على طول بدون تأخير

(3) لما يرجع من المدرسة *يشرب ميه كثير*(نصف – لتر) بدون قهوة وشكولاته وكافين, ويحبس البول لفترات تزيد كل يوم دقيقتين ونعمل جدول للفرق بين الشرب وعدم قدرته على حبس البول لحد ما يبقى الوقت مش بيزيد اكثر من كده كذا يوم نثبت على كدة وده يتعمل مرة واحده فى اليوم

ونكافئه على الثبات ده كل يوم لحد ما نوصل ل 14 يوم متتالية ناشف ويستمر البرنامج 12 أسبوع

(4)تمرينات لتقوية عضلات المثانة : *يوقف خط البول* وهوه بيعمل ويمسكه تانى

مع استبدال تصرف سلبى بايجابى بجدول استيقاظ يصحى كل ساعتين يدخل الحمام ولو مبلول *يغير الملاية* ويضعها فى الغسيل ويساوى السرير ويغير هدومه كل مرة ويدخل الحمام *يجلس علي التويليت* بعد كل تبول علي السرير

(ينام على السرير والدنيا ضلمة ويعد ل50 بالراحة وبعدين يقوم للحمام يعمل ويرجع للسرير تانى للطفل أصغر من 8سنين 8 مرات)

ولمنع الانتكاسة مكافأة بصورة غير منتظمة + زيادة شرب المية وخصوصا ساعة قبل النوم.

العلاج التطهيري : نطلب من المريض حين يتورط في أي من الأفعال الشاذة أن يقوم بفعل خير مكافئ للفعل الشاذ كأن يصوم يوما أو عدة أيام ، أو يتصدق بمبلغ ، أو يؤدى بعض النوافل بشكل منتظم ......الخ ، وكلما عاود الفعل الشاذ زاد في الأعمال التطهيرية

التبول اللاارادى للمراهقين

قد تحدث فى الكبار تكون مستمرة من الطفولة ولم تتوقف لأكثر من 6شهور **(الأولى)**

أو تبدأ فى الكبار بعد توقفها (التبول اللاارادى الثانوي)

"من المهم معرفة ميعاد التبول نهاراو ليلا- ميعاد التبول اللاارادى- كمية البول- تناول السوائل ليلا وما هى؟ ان كانت سكرية أو كحولية- صعوبة التبول فى البداية أوالتنقيط أم خط البول ثابت – وجود أى التهابات- نسبة الايام الجافة الي البلل خلال الاسبوع- أى اعراض اخرى مثل العرق الليلى."

العلاج

(1)سلوكى:

- تقليل السوائل بما فيها القهوة فى المساء

-شرب كمية كبيرة من السوائل اثناء النهار وحبس البول لمدد تزيد حتى ثلاث ساعات وبالتمرين تزيد مقدرة المثانه على استيعاب كميات اكبر

-ضبط المنبه على فترات عشوائية تتغير يوميا للاستيقاظ والتبول

-الجهاز الذى يتم تركيبه بالملابس الداخلية ويرن عند البلل للايقاظ

(2)دوائى: الهرمون الذي يقلل أفراز البول فى المثانة-مضادات الأسيتيل كولين

التبول اللاارادى صباحا وليلا

الاسباب وكيف نعرفها:

-"من الممكن أن يكون سبب كثرة التبول النهارى (اذا ثبت عدم وجود التهاب) أو أسباب عضوية أو زيادة الكافيين والسكريات")القلق والاكتئاب فيجب مراجعة الطبيب النفسى, فمن النادر ان يسبب القلق تبول لاارادى بل يؤدى الى عودة التبول الليلى

-مثانه مستثارة أو ضعيفة-امساك- بعض الفتيات الذين لا يجلسون جيدا أثناء التبول يتحول البول للمهبل وعندما يقفون يتسرب البول (تبول مهبلى)

"فالوضع الصحيح هو الجلوس للخلف أوالركب متباعدة"

يستحب في هذه الأفعال التطهيرية أن تتطلب جهدا ومشقة في تنفيذها حتى تؤدى وظيفة العلاج التنفيرى وفى ذات الوقت يشعر الشخص بقيمتها وثوابها ولذتها بعد تأديتها و الإحساس بالتطهر والنظافة وهذا يعطيها بعدا ايجابيا مدعما .

-عيوب خلقية فى مجرى البول

-الامساك- فى الفتيات اثناء الضحك- كثرة التبول- فى الاطفال الانشغال باللعب وامساك البول لاخر لحظة- مثانه نشيطة (كثرة التبول والاحتياج الملح له)

-الاعتداء الجنسى (مشاكل فى النوم, اضطراب المدرسة, اكتئاب, الاهتمام أو البعد عن الأشياء الجنسية- معلومات جنسية اكبر من السن)

ضغوط عصبية-

للتعامل:

معرفة بداية المشكلة: ليلا أم صباحا أم بعد التبول فقط - مستمرة (التنقيط المستمر أم متقطعه- جدول للتبول (عدد المرات, الكمية, أعراض مصاحبة من تعجل أو كثرة أو حرقان البول)- إمساك- سخونه- ألم بالبطن-هرش حول فتحة الشرج (ديدان)- شخير أو التنفس اثناء النوم- معرفة التاريخ المرضى السابق.

التغوط اللارادى

الامساك المزمن فى طفل(غالبا ولد) من 3-7 سنوات يؤدى الى براز جاف يؤلم الطفل عند الاخراج (لبقاء الفضلات فترة طويلة فى الجزء السفلى من الامعاء فتتمدد ولا ترسل اشارة للمخ بالحاجه للاخراج) فيؤدى الى الامساك وهكذا, ويعتاد الطفل على امتلاء أسفل أمعائه مما يؤدى لتوتره وعصبيته, ويصاحبه تسرب سائل ذو رائحة كريهة لملابس الطفل الداخلية.

والسبب الاخر غير الامساك هوالقلق مع عدم اتمام التدريب على البوت.

يصاحبه قلة الانتباه ,سرعة الاحباط ,فرط الحركة وضعف التوازن وتبدأ عادة بعد ولادة طفل جديد,انفصال الوالدين ,بيت أومدرسة جديدة أو اضطراب عائلي.

للعلاج

1-العلاج الدوائى (المسهلات)

2-تنظيم وقت الحمام بعد وجبة الغذاء والفطار والعشاء واعطائه لعبة أو قصة معه لتلهيه

3-تجنب الرز،منتجات الالبان, الخبز الابيض وتشجيعه على الاكل ذو الالياف مثل الفاكهة,الخضروات,السوائل خاصة المياه

تغيير المسار : وهذه الخطوة يجب أن يتفهمها المريض جيدا حيث يعلم بأن الغريزة الجنسية طاقة هامة في حياته ولكن حدث أن هذه الطاقة في ظروف تربوية معينة حفرت لها مسارا شاذا وتدفقت من خلاله ولهذا لا يشعر الشخص بأي رغبة جنسية إلا من خلال هذا المسار الذي اعتاده لسنوات طويلة وتدعم من خلال تكرار مشاعر اللذة مرتبطة بهذا المسار

4-شجع الطفل على المشى, اللعب والحركة الدائمة لمساعدة الجهاز الهضمى على الحركة

5-كن صبورا وكافئ على الأداء واذا اتسخ لا تعاقبه بل نظف ملابسه فقط, دائما إعلامه بمكان الحمام فى أى مكان خارج المنزل للطوارئ, ويستخدم الحمام قبل خروجه من المنزل ويأخذ معه ملابس داخلية حتى لا يحرج فى حالة الطوارئ.

6-التعامل مع اضطراباته العاطفية

V - مخاوف الأطفال

لكي يتعدل اتجاه الطاقة الجنسية فان ذلك يستلزم إغلاق هذا المسار الشاذ حتى لا تتسرب منه الطاقة الجنسية وبعد فترة من إغلاق هذا المسار تتجمع الطاقة الجنسية وتبحث لها عن منصرف، وهنا يهيأ لها مسارا طبيعيا تخرج من خلاله

الاطفال لديهم مخاوف طبيعية من الانفصال, الضوضاء ,الحيوانات ,الحشرات ,العفاريت, استخدام البوت وميعاد النوم

المخاوف وعلاقتها بمراحل النمو

-مخاوف الرضع8 شهور من الغرباء وحتي سنتين البعد عن الأم

-عامان: مخاوف متعددة منها مخاوف سمعية مثل الخوف من : القاطرات, الرعد, المكانس الكهربائية.

مخاوف بصرية: الالوان القاتمة, المجسمات الضخمة.

مخاوف مكانية: الخوف من الحركة لعب أوعرائس متحركة, الانتقال لبيت جديد.

مخاوف شخصية: انفصال عن الام وقت النوم- خروج الام أو مغادرتها المنزل- المطر أوالرياح.

مخاوف مرتبطة بالحيوانات الوحشية.

- مخاوف ما قبل المدرسة: الانفصال,الضوضاء, المدرسة, السرير, العفاريت, المواقف الجديدة,وهي فوبيا مؤقتة وتزيد بعد ضغوط نفسية مثل الطلاق

3سنوات: مخاوف بصرية: المسنون- الاقنعة- الظلام- حيوانات- رجال الشرطة-اللصوص-مغادرة الام أو الاب المنزل خاصة ليلا.

4 سنوات: مخاوف سمعية : خاصة الماكينات

الظلام- الحيوانات البرية- مغادرة الام المنزل خاصة بالليل.

5 سنوات: فترة خالية نسبيا من المخاوف. ولكن المخاوف ان وجدت تكون ملموسة وواقعية كالخوف من الايذاء والاختطاف, والكلاب, والخوف من عدم عودة الام أو الاب للمنزل, والاماكن الموحشة.

الخوف من بعض العناصر الطبيعية : الخوف من النار– الماء– الرعد– البرق– الخوف من النوم المنفرد– البقاء فى المنزل أو فى حجرة– الخوف من ألا يجد الام بعد العودة لمنزله, أو أن يحدث لها أذى, أو أن تموت.

الخوف من أن يعتدى عليه أحد بالضرب– الخوف من الجروح والدم– النزيف

6 سنوات: فترة تزايد المخاوف وتأخذ أشكالا مختلفة

مخاوف سمعية: جرس الباب– التليفون– الاصوات المخيفة– وبعض أصوات الطيور.

مخاوف خرافية : الأشباح والعفاريت– الساحرات–الخوف من اختباء أحد فى المنزل أو تحت السرير.

مخاوف مكانية:الخوف من الضياع أو الفقدان

مشاكل لا تصل لدرجة الخوف ولكنها مرتبطة بالنمو كالخوف من أن يصل متأخرا للمدرسة أو أن يتأخر عن موعد الحافلة– أو أن يفقد حب الآخرين– الخوف من اهمال الآخرين له.

7 سنوات: تستمر المخاوف فى الانتشار لتشمل: –

مخاوف بصرية: الممرات الضيقة– تفسير الظلام على أنها أشباح أو كائنات.

الخوف من الحروب والدمار– الخوف من اللصوص أو اختباء أحد فى المنزل.

–من 8:9 سنوات: تتضاءل عموما المخاوف فى هذه الفترة وتختفى المخاوف من الماء, وتقل بشكل ملحوظ مخاوف الظلام.

10 سنوات: تظهر مخاوف جديدة منتشرة بين أطفال هذه المرحلة, بالرغم من أن نسبة المخاوف تقل بشكل عام عما هى عليه فى الاعوام السابقة و الاعمار اللاحقة

ربما لا يجد الشخص رغبة جنسية نحو الجنس الآخر في المراحل المبكرة للعلاج لذلك يمكن أن يكتفي بالرغبة العاطفية، وكثير منهم تكون لديه الرغبة في العيش في جو أسرى مع زوجة وأبناء على الرغم من افتقادهم للرغبة الجنسية نحو النساء

ومن أهم مخاوف هذه الفترة الخوف من الحيوانات خاصة الثعابين والحيوانات الوحشية–الخوف من الظلام (ولو أنه يوجد لدى عدد أقل من أطفال هذه الفترة) الخوف من النار والمجرمين أو القتلة أو اللصوص.

–مخاوف قبل الاعدادي:الكوارث الطبيعية والاصابات.

للتعامل

– احترام المخاوف بدون سخرية أو تجاهل– يتحدث عن المخاوف لو سبقها حادث – لاتبعده عن مخاوفه حتي لا يتعلم التجنب– لا تعطيه اهتمام زائد– قبل الحدث الذى يفزعه نقول له اننا مدركون لخوفه.

– أن يكون الطفل فى صحبة شخص يبعث على طمأنته عند تعريضه للمواقف المثيرة للخوف وللأكبر تدريب على الاسترخاء

– لطفل اكبر من 8س (علي ألا يكون متخلفا ولا يكسب انتباه من وراء الاعراض): التعرض التدريجى لمواقف الخوف والاسترخاء خاصة للاعراض نفس جسمية والأرق.

أسباب الخوف لدى الطفال

1- تخويف الطفل
2- السخرية من الطفل
3- جهل الطفل بحقيقة الأشياء التي يخافها أو الحداث التي يسمع عنها
4- تقليد الطفل للوالدين أو الاخوة أو مما يشاهده في وسائل الاعلام كالأفلام
5- يخاف الطفل أحيانا لجذب انتباه والديه ومعلميه
6- شعور الطفل بعدم الاستقرار والأمن في الأسرة
7- الاهتمام الشديد من قبل الوالدين والانزعاج الواضح يكرس لدى الطفل الخوف ويدعمه
8-الصدمة– الغضب– التاثير علي الأخرين–القمع– شعوره بالضعف– النقد و التوبيخ

نحن جميعا في حياتنا لدينا رغبات لا نستطيع إشباعها بسبب معتقداتنا أو ظروفنا الاجتماعية أو الاقتصادية أو غيرها ولهذا نصبر عليها ونضبطها لحين تأتى الفرصة المناسبة لإشباعها ، وقد لا تأتى فنواصل الصبر عليها أو إيجاد إشباع بديل. والشخص ذو الميول الشاذة عليه أن يتعلم ذلك الدرس وأن يتدرب على ضبط مشاعره وميوله الشاذة وأن يبحث عن الإشباع البديل (فكلنا مبتلون بمشاعر وميول لا يمكن إشباعها) وهذا من علامات نضج الشخصية

القلق

2-لقلق الانفصال

- صراخ الطفل عندما تتركه وتذهب طبيعى وللتعامل معه:

(1)لا تتركه وحيدا بين 8شهور- سنه, أوعندما يكون مريضا أو جائعا أو منزعجا, ويفضل ان يكون تعريفه بناس جديدة فى وجودك أولا وبعد استيقاظ الطفل من نومه أوالانتهاء من الوجبة

(2)حافظ على روتين للوداع بينكم (قبلة ثم تغادر فورا) ولا تهرب منه وقل له سأعود بعد الغذاء وحمسه بأن تقول له أنا أثق فيك.

(3)يزيد من مدة جلوسه بالحضانة يوميا مع أحد غيرالأم (اقل ارتباطا به) حتى الاسبوع الثالث يكمل اليوم الدراسى وتشجيع اختلاطه بالاطفال, واترك معه لعبة من لعبه حتى يشعر بالالفة فى المكان الجديد, ابعده عن افلام الرعب.

السبب: منزل أو مدرسة جديدة-فقد احد والديه أو وجود الام القلقه.

يكون القلق عرض لمرض عندما: تزداد حدته وتمنعه من ممارسة الانشطة ,خوف من أى أذى للعائلة, أو خوفه الشديد ان يتم اختطافه أويتوه وعدم عودته للمنزل, أولديه ارق واحلام مزعجة ثم يرفض الذهاب للمدرسة, مشاكل جسمانية و نوبات خوف (قئ- ضيق النفس-عرق- دقات قلبه سريعة), التشبث بك و خوف من النوم لوحده, نشاط مفرط, ضعف الشهية أوسلوك أصغر من سنه.

لايجب التركيز فقط علي أعراض الخوف بل الظروف المؤدية للخوف (عدم الامان–الصراع) فنؤدي للتخلص من موقف الخوف علي الاباء :

1- هيء الطفل للتعامل مع التوتر,التصرف بهدوء,شرح الموقف وانه لا داعي للخوف وليس الاستهزاء من الطفل. نسأل الطفل عن أسباب خوفه من الظلام ((أو مصدر الخوف)) وإذا ما كانت إجابته انه مثلا يخاف من الظلام بسبب الجن والعفاريت نطمئن الطفل أن لا وجود لمثل هذه الأشياء أبدا.

2- نحاول أن نحكي للطفل حكايات يكون الظلام ((أو مصدر الخوف)) فيها عنصر ايجابي كأن نقص عليه مثلا قصة أميرة الظلام أو قصة عن ملاك يظهر في الظلام يحمي الأطفال والقصص الإيجابية

الدعاء : هو في نفس الوقت سلاح نفسي حيث تجرى عملية برمجة للجهاز النفسي طبقا لمحتوى الدعاء(سيكولوجية ما تحت الوعي).

1- توضيح مثال لعدم الخوف يراه الطفل.نعرض عليه نموذج ايجابي لطفل لا يخشى الظلام قد يكون هذا النموذج أخ أكبر أو طفل آخر أو من البرامج التلفزيونية مع مراعاة عدم مدح هذا النموذج بصورة مبالغة أو معايرة الطفل الخواف به ونعرفه باخرين

2- عرض المؤثر المخوف للطفل مع مؤثر جذاب

3- مساعدة الطفل علي اكتساب الثقه وقدرته علي مواجهة الموقف المخوف بتعريضه لدرجاته تدريجيا (اللعب بالتمثيل) وإعطائه مسئوليات ليحس بالثقة.

4- المكافاة علي الشجاعة- التحدث مع الذات- الاسترخاء

3-الرهاب

هو خوف مرضي ليس خوفا عاديا (هذا الشعور يكون طبيعياً عندما يتناسب الخوف مع الخطر أو الشيء الذي يخاف منه)، إذ يسبب موضوع الخوف حالة من الفزع والبكاء الشديد عند الطفل ونراه يتصبب عرقا ويثبت في مكانه وتزداد دقات قلبه ويرتعش جسده رعب ورهبة..... (حالات فوبيا الظلام, الخوف من ترك المنزل أو الخوف من الافتراق عن الوالدين أو الخوف من الماء أو الضوء،أو الخوف من الحيوانات أو الخوف من الأنفاق أو عبور الجسور أو الخوف من المرتفعات)

خطوات البرنامج لحالات فوبيا الظلام:

-1 نظلم غرفة في المنزل بدرجه إضاءة خفيفة وتقوم الأم بالمشي مع الطفل تجاه هذه الغرفة خطوة خطوة وعندما نلاحظ أن الطفل بدأ يخاف وتظهر عليه أعراض الخوف نتوقف ونقوم بتهدئته بالكلام ثم باللعب والعرائس حتى نشعر أن الطفل مستريح وفى حالته الطبيعية ثم نعاود المشي تجاه الغرفة مرة أخرى خطوة بخطوة.

-2 نكرر ما حدث وفى كل مرة تظهر أعراض الخوف على الطفل نقوم بتهدئته (قد تتم هذه الخطوات في يوم واحد وقد تستغرق يومين أو أكثر).

-3 إذا ما حدث واستطاعت الأم الوصول بالطفل إلى الغرفة المظلمة أو شبه المظلمة عليها ألا تحاول البقاء في الغرفة فترة طويلة.

شخصية المعتدي على المحارممن الصفات التي يتصف بها المعتدي: الإنطوائية والبرود في حياته الاجتماعية مع الشريك الآخر، وتعتبر الكحوليات من الأسباب الأساسية وراء اغتصاب المحارم

-4 يكرر التمرين السابق على عدة أيام (المدة المتوقعة لهذا البرنامج هي أسبوع) مع مراعاة أن تطول فترة البقاء في الغرفة في كل مرة عن سابقتها مع خفت درجة الإضاءة في كل مرة عن سابقتها.

-5 على الأم ان تختار المرة التى تشعر فيها ان الطفل اكثر هدوءا وتماسكا وتشجعه فى هذه المره على ان يترك يدها وان يتجول فى الغرفه المظلمه بمفرده مع كلمات التشجيع والتطمين منها.

-6 بالمثل تحاول الام ان تبتعد عن الطفل فى الغرفه المظلمه شيئا فشيئا وهكذا حتى يستطيع الطفل البقاء لوحده في الظلام وعندما يخاف يفتح الباب ويخرج ليجد والديه ولكنه لا يضئ الحجرة.

علي أنه: *يجب التأكد أن الطفل في حالة صحية وبدنية ونفسية جيدة وعلينا فحص عين الطفل والتأكد من أنها سليمة

*إشعار الطفل دائما بأهميته في الأسرة وتشجيعه على الإقدام والمبادرة .

*عملية التدعيم هامه جدا فيمكن للام أن تدعم كل تقدم أو سلوك ايجابي يقوم به الطفل من خلال تقديمها هديه أو مكافأة.

*عدم التحدث أمام الآخرين عن خوف الطفل وفى حاله تمكن الطفل من التغلب على خوفه علينا مراعاة عدم التحدث عن خوفه السابق بل تعزيز سلوكه الايجابي الجديد كأنه مثلا شجاع وذكي.

*إذا كان هناك أحد أفراد الأسرة يعاني من الخوف عليه ألا يظهر هذا الخوف أمام الطفل.

4- مشكلة وفاة أحد الوالدين:

الاطفال فى سن ماقبل المدرسة عادة ما يعتقدون ان الموت شئ مؤقت وان الشخص الذى يموت يرجع إلى الحياة مرة أخرى. اما الاطفال من الخامسة إلى التاسعة فأن طريقة تفكيرهم فى الموت تقترب من طريقة تفكير البالغين فهم يرون ان الموت شئ حتمى وان الشخص الذى يموت لا يعود للحياة مرة اخرى وان كانوا لا يزالوا يعتقدوا أن الموت لن يحدث لهم أو للأشخاص الذين يعرفوهم.

تتنوع المشاعر التي تنتاب الطفل الذي يتعرض للاستغلال الجنسي ، ومن هذه المشاعر:
-أ- الاكتئاب والانتحار
قد يظهر الطفل حزيناً منشغلاً أو منغلقاً على نفسه ، ويمكن للاكتئاب أن يأخذ شكلاً غير مباشر تحت أشكال مختلفة ، مثل كثرة الشكوى ، والإحساس بالضعف أو بالمرض ، وبعض الأطفال يحاول أذية نفسه أو الانتحار ".

رد فعل الأطفال بعد موت أحد افراد العائلة :

من الطبيعى فى الاسابيع الأولى ان يعتقد الطفل ان الشخص الذى مات مازال حياَ

قد يتصرف الطفل بطريقة أصغر من سنه

الشعور بالغضب لفقد هذا الشخص

يعبر عن ذلك فى اللعب، أوالكوبيس ، أو التصرف بعصبية

قد يوجه الطفل هذا الغضب فى اتجاه الاشخاص الذين نجوا من الموت.

الشعور بالذنب لانه لازال على قيد الحياه أو لانه لم يفعل شئ لأنقاذه أو لانه قد يكون تمني موت هذا الشخص فى لحظة غضب

يقلد الشخص الذى فقده بشكل مبالغ

يكرر رغبته في أن يلحق بالشخص الذى مات

الاكتئاب

عدم القدرة على النوم ، فقدان الشهية ، الخوف من ان يكون وحده

قد يتدهور مستواه فى المدرسة أو ان يرفض ان يذهب للمدرسة

بعد ان يتقبل الطفل فكرة الموت يبدأ بالتعبير عن مشاعر الحزن لفقد هذا الشخص وقد يستمر هذا لفترة طويلة واحياناَ يظهر فى لحظات غير متوقعة.

يجب أن يعلم الطفل طبيعة مشاعره:

- من حقي ان يكون لي مشاعري الخاصة تجاه الموت فيمكن ان اشعر بالحزن ......بالوحدة .....بالخوف ....الارتياح او التوهان وربما لا اشعر بشئ على الاطلاق لا احد يمكنه ان يحس تماما ما اشعر به انا

من حقي ان اتكلم واعبر عن احزاني عندما احب ذلك -

-من حقي ان اظهر مشاعر الحزن التي بداخلي بطريقتي الخاصة يمكنني ان العب ..ان اضحك ..كما يمكنني ايضا الصراخ والغضب

-من حقي ان اطلب المساعدة من الاخرين في محاولة لتجاوز او التخلص من احزاني

من حقي ان اشعر بالضيق والغضب من المشاكل اليومية العادية

يشعر الطفل المغتصَب بالظلم ، ولذلك فهو يشعر بالعداوة والغضب ضد كل المحيطين به ، وبعض الأطفال قد يظهرون هادئين ، إلا أن غالبيتهم يشعرون بالغضب تجاه المعتدي الذي اغتصبهم واستغلهم ، وأيضا تجاه الأهل الذين لم ينجحوا في حمايتهم من هذا الاعتداء

من أبرز ما يمكن أن يواجه الطفلة المغتصَبة عند الكبر هو الاضطرابات الجنسية ، من إحساس بالعجز الجنسي ، أو إحساس بالنفور من الجنس بشكل عام فهي تشعر بلامبالاة مطلقة إزاء الرجال

–من حقي ان تنتابني نوبات عارمة من الحزن حتى ولو بعد فترة طويلة من الوفاة..وعندما يحدث هذا ربما اشعر بالخوف من الوحدة

–الدعاء والصلاة ربما يشعراني بالراحة وبشئ من التحسن وبطريقة ما يجعلاني اقرب للشخص المتوفى

–من حقي البحث والتساؤل عن الاسباب التي ادت لوفاة من احب ولكن لا بأس ان لم اجد الاجابة

–من حقي التفكير والتحدث عن ذكرياتي مع الشخص المتوفي

–سوف استمر في حياتي برضا ولكن، لا مانع ان تحتل حياة وموت ذلك الشخص المتوفى جزءا ومكانا في نفسي....سوف دائما افتقده

العلاج

استخدام معلومات صحيحة وواضحة لشرح اسباب الوفاة.

اقرار وتصديق مشاعر الطفل.

بث روح الطمأنينة في الطفل (أقل من6س) انه لا لوم عليه في شئ.

.التعرف على ومخاطبة مشاعر الخوف والقلق ..حيث ان اكثرمشاعر الخوف الشائعة هي الخوف من فقدان أشخاص اخرين

.التشجيع على الاستمرار في الانشطة الحياتية المعتادة..اعطائه خيارات(البقاء بالمنزل ،العودة للمنزل مبكرا او الاستمرار في الانشطة)

.السماح له بالمشاركة والمساعدة في الشئون المتعلقة بالمرض والوفاة قدر استطاعته وحسب اختياره اذ انه وجد ان الصورة المختزنة في ذاكرة الطفل تكون دائما أسوأ من الحقيقة

والاطفال الذين لا يسمح لهم بالذهاب الى المستشفى او المشاركة في شعائر وطقوس الجنازة والعزاءغالبا ما يكون اداؤهم اسوأ ممن يهيأون للوفاة

لذا يجب :

.تهيئة الاطفال والمراهقين لما سوف يرونه أو يسمعونه اويشعرونه او حتى يشمونه

اعطائه الوقت الكافي للتفكير والاختيار لما يكون مقبولا لديك(لا يجبر على الحضور)

.تعيين شخص(ممن هم اقل تأثرا بالمرض اوالوفاة) تكون مهمته العناية بمطالب واحتياجات الطفل او المراهق من(لعب ،غذاء ،نظافة....الخ)

.محاولة تخفيف اثر الحزن عن طريق اعطاء الطفل الفرصة ان يحكي عن خبراته والتعبير عما بداخله من مشاعر ومشاركته ذكرياته الجميلة مع ذلك الحبيب قبل الوفاة

السماح له باستعادة هذه الخبرات والذكريات الجميلة وقتما يشاء

5-التأثـــر بالعنـــف

يتأثر الأطفال بالعنف سواء تعرضوا له بشكل مباشر أو مشاهدة العنف فى الواقع أو فى الإعلام أو حتى سماع أخبار أو قصص عن أحداث العنف.

كيف يتأثر الأطفال بأحداث العنف؟

الخوف –القلق –العزلة والحزن –مشاكل النوم –مشاكل الأكل–مشاكل سلوكية –أعراض جسدية –قلة التركيز

للتعامل :

حد من مشاهدة طفلك للأخبار و التقارير التلفزيونية التى بها صور عنيفة

أشرح ما يحدث بشكل مبسط يتناسب مع عمر الطفل

أستمع لطفلك لتعرف ما قد فهمه من الأحداث

أعطي له المعلومات الواقعية بدلا من الشائعات

شجع طفلك على التعبير عن مشاعره وابدأ بنفسك لتشجيعه وإذا بدا غير متأثرا أسأله عن شعوره.

قدر مشاعر طفلك وساعده فى التعامل مع المشاعر السلبية (إذا كنت تشعر بالحزن ،يمكنك أن تطلب العناق، يمكن أن نلعب سوياً، أو يمكنك رسم صورة عن مشاعرك).

لا تمل من تكرار أسئلة الطفل عن الأحداث فهى طريقته لطمأنة نفسه

لاتصف السيناريوهات المخيفة لطفلك وأشرح له أنه على الرغم من أن هناك أشياء مخيفة إلا ان معظم الأطفال مستمرون فى حياتهم اليومية بدون أي ضرر

طمئن طفلك أن هناك كبار يتولوا رعايته وأشرح له ما تقوم به أنت والآخرين لضمان سلامته.

أن الضحية الذكر قد يصاب أيضاً بالاضطرابات الجنسية ، حيث أنه قد يميل إلي الشذوذ الجنسي ويشعر بالنفور من المرأة إما لتمتعه بالعلاقات الشاذة السابقة التي مر بها ، وإما لإحساسه بالنقص وبالعجز عن إتيان المرأة .

حافظ على الروتين اليومي لطفلك (النوم، اللعب, ممارسة الرياضة, المدرسة , الزيارات العائلية).

تجنب نقل القلق الخاص بك لطفلك ، الأطفال يشعرون بمشاعر آبائهم. وإذا كنت تشعر بقلق ناجم عن الأحداث اتخذ خطوات للتعامل مع مشاعرك قبل أن يتأثر بها أطفالك.

6-كرب ما بعد الصدمة

الطفل الذي يمر بحدث كارثي وهو أى حدث يهدد حياة الطفل أو حياة الأخرين مثل اصابة شديدة او ضرب شديد أو الإعتداء الجنسي , أو عنف فى المنزل أو المجتمع ، أو حوادث الطرق أو الكوارث الطبيعية مثل الزلزال أو الحرائق من الممكن ان يتعرض " لإضطراب كرب ما بعد الصدمة".

فالطفل ليست لديه القدرات المعرفية الكافية لكي يستوعب تلك الخبرات الصادمة ويعطيها معنى مفهوما (عدم القدرة على التعبير اللفظي عن معاناته) ولا يفهم مغزى الأحداث كما يفهمها الكبار

الأعراض :

ان يمر الطفل بحادث كارثى ويشعر فيه بتهديد لحياته أو لحياة الأخرين

يسترجع الطفل الحادث المزعج عن طريق:

تعاوده الذكريات المرتبطة بالحادث بشكل متكرر ومفاجئ

في السن الاصغر قد يعيد تمثيل الحادث من خلال اللعب مراراً وتكراراً(اللعب المتعلق بالصدمة- traumatic play

اللعب بشكل متكرر (وسواسى)

يعيد تمثيل الحدث ليمنع وقوع الخطر و يعيد السيطرة عليه

اللعب الجنسى

أعادة لبعض السلوكيات المرتبطة بالصدمة

الأحلام المزعجة و الكوابيس .

أن يشعر بنفس المشاعر التى كان يشعر بها أثناء الحادث و كأنه يحدث فعلاً مرة أخري.

تنعكس حاجة المراهق لمزيد من الحرية في العديد من الصور، فيبدأ برفض جميع أفكار ومعتقدات الهل ويشعر بالاحراج إن وجد في مكان واحد مع اهله. وقد يبدو أكثر عصبية وتوترا

ظهور أعراض جسدية أو نفسية متكررة عند تذكيرهم بالحادث

يتجنب الطفل المواقف أو الاماكن أو الأشخاص التي تذكره بالحادث.

يقل تفاعله مع الاشخاص المحيطين بشكل كبير وقد ينعزل عن الأخرين ويصاب بالحزن و الاكتئاب.

القلق من الموت في سن صغير

زيادة الترقب والحذر لأى شئ حوله .

توتر أوعصبية في نوبات فجائية

مشاكل في النوم

مشاكل فى التركيز

وفي منهج العلاج عن طريق اللعب تتاح للأطفال الفرص للتعبير باللعب عن إحباطاتهم وتوتراتهم وصراعاتهم وآلامهم وأعراضهم ومشاكلهم، وذلك داخل قاعة اللعب، يستطيع الطفل، من خلال اللعب، أن يعيد نشاطات أو خبرات ماضية relive تلك الخبرات التي لم يكن الطفل بحكم فهمهما في اول وهلة، من ذلك الانفعال شديدة الألم التي لم يتمكن الطفل من التعامل معها في وقتها

ومن خلال اللعب يستطيع الطفل أن يعود الى الماضي regress لمراحل نمو سابقة أو لفترات زمنية سابقة، وأن يعيد الحداث ثانية أو يسترجع تلك الأحداث مرة أخرى، سواء في خياله أو في ألعابه. إنه يستخدم إما أشياء حقيقية أو أشياء خيالية لكي ترمز للعالم الحقيقي to symbolise وكأنه يلعب مع أشياء حقيقية الآن. كذلك، من خلال نشاط اللعب، يمكن إزاحة أو نقل المشاعر السالبة كالكراهية أو البغض، يمكن إزاحتها أو نقلها disptaced يخرجها من موضع أرمض لاثارتها الأصلي، وقد يكون ذلك المعلم أو الأب، إلى اللعبة أو الدمية أو يزيحها نحو أشخاصخياليين. اما الانفعالات التي لا يستطيع الطفل أن يتعامل معها يستطيع الآن ان يسمو بها أو يعلو بها، ان يخضعها لعملية الاعلاء أو التسامي sullimated من خلال اللعب. بمعنى أن يحول الطاقة من القنوات السلبية أو الهدامة أو العدوانية أو المدمرة الى قنوات مشروعة ومفيدة ومقبولة دينيا واجتماعيا واخلاقيا، فيتم تصريفها من خلال الطاقة التي تبذل في عملية اللعب، في هذا الصدد، مثل قنوات الاعلاء الأخرى كالنشاط الرياضي والترويحي والترفيهي والكشفي والثقافي.

يبدأ المراهق في هذه المرحلة باكتشاف نفسه جنسيا . وتزداد حاجته للخصوصية والانفراد بنفسه. وقد تبدو هذه المرحلة في غاية العشوائية بالنسبة للأهل ولكن عليهم التحلي بالصبر

وفي منهج العلاج عن طريق اللعب تتاح للأطفال الفرص للتعبير باللعب عن إحباطاتهم وتوتراتهم وصراعاتهم وآلامهم وأعراضهم ومشاكلهم، وذلك داخل قاعة اللعب، يستطيع الطفل، من خلال اللعب، أن يعيد نشاطات أو خبرات ماضية relive تلك الخبرات التي لم يكن الطفل بحكم فهمهما في اول وهلة، من ذلك الانفعال شديدة الألم التي لم يتمكن الطفل من التعامل معها في وقتها

ومن خلال اللعب يستطيع الطفل أن يعود الى الماضي regress لمراحل نمو سابقة أو لفترات زمنية سابقة، وأن يعيد الحداث ثانية أو يسترجع تلك الأحداث مرة أخرى، سواء في خياله أو في ألعابه. إنه يستخدم إما أشياء حقيقية أو أشياء خيالية لكي ترمز للعالم الحقيقي to symbolise وكأنه يلعب مع أشياء حقيقية الآن. كذلك، من خلال نشاط اللعب، يمكن إزاحة أو نقل المشاعر السالبة كالكراهية أو البغض، يمكن إزاحتها أو نقلها disptaced يخرجها من موضع أرمض لاثارتها الأصلي، وقد يكون ذلك المعلم أو الأب، إلى اللعبة أو الدمية أو يزيحها نحو أشخاصخياليين. اما الانفعالات التي لا يستطيع الطفل أن يتعامل معها يستطيع الآن ان يسمو بها أو يعلو بها، ان يخضعها لعملية الاعلاء أو التسامي sullimated من خلال اللعب. بمعنى أن يحول الطاقة من القنوات السلبية أو الهدامة أو العدوانية أو المدمرة الى قنوات مشروعة ومفيدة ومقبولة دينيا واجتماعيا واخلاقيا، فيتم تصريفها من خلال الطاقة التي تبذل في عملية اللعب، في هذا الصدد، مثل قنوات الاعلاء الأخرى كالنشاط الرياضي والترويحي والترفيهي والكشفي والثقافي.

تشهد مرحلة المراهقة الطفرة في النم العقلين وأبرز جوانب النمو في هذه المرحلة اتضاح الفروق بين الجنسين، فيتميز الرجال بالتفوق في القدرات الرياضية، والمكانية، والميكانيكية، والمنطقية الاستدلالية. وتتفوق النساء في القدرات اللغوية وإدراك العلاقات الاجتماعية

-هناك عدد من الاساليب للتعامل مع الكوابيس مع الاطفال أو مع ذويهم :

ينظم الوالدين موعدا محددا لنوم الطفل ليلا .

يمارس الاطفال اساليب الاسترخاء قبل الخلود الي النوم .

يمارس الاطفال اساليب المكان الآمن مع الاسترخاء قبل الخلود الي النوم

خلال النهار (ليس وقت النوم) يستعيد الاطفال احلامهم و يمارسوا تغيير صور الحلم او يمارسوا واجبات الانتباه المزدوج بينما يتذكرون الحلم .

راحة التكرار: يقوم الاطفال بالرسم او الكتابة اوالحديث حول حلمهم بالتفصيل مع شخص اخر موثوق به .

اعادة ترتيب الحلم: يعيد الاطفال تفاصيل الحلم و يضمون اليه ويمارسون نهايات ايجابية مختلفة مع امكانية اضافة مساعدات التخيل او الابطال الخارقون

حاول ان تفتح باب النقاش وقدم النصيحة للاطفال علي الشكل التالي :-

ممارسة طقوس منتظمة قبل النوم مثلا ان تبدأ بتقليل الحركة والهدوء استعدادا للنوم ، اخبر الاطفال ان لدي ذويهم معلومات يستفادون منها بهذا الخصوص .

للاطفال الاكبر عمرا يجب ان يبتعدوا عن الكافيين و النيكوتين بصورة عامة وقبل النوم بصورة خاصة.

تأكد من ترتيبات النوم ، الاطفال الاصغر عمرا قد يفضلون مع اخ او اخت اكبر منهم في نفس الغرفة خاصة اذا كانوا يحسون بالقلق ليلا .

تلاوة القران قبل النوم مفيد جدا وتساعدهم بالشعور بالامان .

انه من المهم تشجيع الاطفال لممارسة استرخاء العضلات قبل النوم يوميا

قد يفضل الاطفال سماع القصص التي يقرأها الوالدين لهما في الفراش او ربما يقرأونها بأنفسهم .

بعض الاطفال يفضلون الاستماع الي الأناشيد قبل الخلود الي النوم واحيانا عندما يكون صوت المذياع منخفض جدا فهذا يعني ان الطفل يجب ان يركز بشدة لكي يتمكن من الاستماع لهذا لن تؤثر عليهم الذكريات المتطفلة او الافكار القلقة .

ذكر الاطفال بالواجب البيتي للعمل من خلال الاحلام و التعامل مع احلامهم بهذه الطريقة لان بعض الاطفال الذين يعانون من الكوابيس يخافون الخلود الي النوم.

ان تمارين التنفس مع استخدام الخيال المسترخي تكون مفيدة والطفل مضطجعا في الفراش

تكون الاتجاهات وتبلورها لدى المراهق والاتجاه: موقف عقلي تجاه موضوع معين يجعله يسلك سلوكا واحدا في المواقف المتشابهة. ومن مخاطر الاتجاهات استمرارها غالبا وصعوبة تعديلها بعد سن المراهقة

VI-الطفل كثير الرغبات

بعض الاطفال يعانون من مشكلة -(*أنا اريد الآن*)-, فهم يريدون شيئا دائما غالي ويشعرون بالبؤس بطلباتهم ودائما ما يبدءون بعبارة "هل استطيع ان احصل علي" بدون ادراك بسيط للواقع في انهم لن يحصلوا علي هذا الشئ, ولديهم احساس سريع بالاحباط أوقدرة قليلة للتحمل ويتركوا انفسهم للاحساس بخيبة الآمل والالم بسبب توقعاتهم الغيرواقعية فيستمرون بالآلحاح لآبائهم ويتعلم الطفل أن:

1-لو انك لم تطلب لن تحصل علي الشئ

2-لو استمررت في الطلب غالبا ستحصل علي الشئ

3-لن اخسر شئ اذا استمريت في طلب الاشياء فلماذا لأستمر في الالحاح

4-غالبا الآباء يستسلمون لالحاح ابنائهم وهذه هي قاعدة التحكم لدي هؤلاء الاطفال فعندهم لايوجد احساس بالذنب أوالخجل من أن تصرفاتهم تضايق الآخرين

-(أنني أريد طريقتي)-,نوع ثاني من الطفل كثير الرغبات يريد جذب الانتباه بطريقته مع الاخرين بأن يكون الآول فالمدرس يعطيه الآولوية والاطفال يلعبون بقواعده ويملي علي الاخرين ماذا يفعلون ولا يلزم عليه عمل واجباته المدرسية أوالمنزلية أو يتبع القواعد وعندما لاتحدث الاشياء بالطريقة التي يريدها يصاب بالاحباط ونوبات من الغضب قائلا:هذا ليس عدلا.

هؤلاء الاطفال يتوقعون (التفهم-المحبة-المكافأه-التقدير)حتي لو كانوا علي خطأ فهم يعتقدون أن الاخرين موجودون من أجلهم ولايوجد شئ كافي لآشباعهم ويشعرون أن الحياة غير عادلة لو أن طلباتهم في نفس اللحظة لم تتحقق فيتحولون الي القلق والآكتئاب والخجل ولا يستمعون لطلبات أبائهم المنطقية ويصبحون متوترين وغاضبين عندما يضع الآباء قواعد معقولة أو يعاقبوهم لسوء التصرف مما يخلق اضطراب أكثر وعندما يشعر الآباء بالسوء تجاه أطفالهم لاعتقادهم انهم لم يحصلوا علي ما يريدون فيشعرون بالذنب والحزن أو الشفقة علي اطفالهم فيبدءون في تلبية بعض الاشياء الصغيرة فيصبح الطفل أكثر طلبا فالطفل الذي يحاول الابتعاد عن خيبة الامل لانه لا يستطيع التعامل مع مشاعرة السيئة سيري نفسه ضحية ويلوم الآخرين علي أخطائه وسوء سلوكه ويبدأ في نوبات الدموع أو الصراخ (أنا أكرهك-أنت أب سيئ)

واحباطه يؤدي به الي الغضب ثم الاكتئاب أو يدخل في أحد مشاكل خمسة لجذب انتباه الكبار: عدم الاحترام- أعمال العنف- الهروب من المنزل-الادمان-التهديد بالانتحار.

فالأطفال الذين لديهم اعتقاد بأنه من المفترض أن يفعلوا ما يريدونه فقط لايستطيعون تحمل مشاعر الاحباط, و مثيري شغب وعند احساسهم بالغضب

ينكرون مسئوليتهم الجزئية عن خلق المشكلة بسبب اعتقادهم بأنهم يستحقون معاملة مخصوصة فيبدأ أحساسهم بذاتهم في التدهور لاحساسهم بتربص الآخرين بهم فيزيد غضبهم ويصبحون خائفين من مشاعرهم ماعدا الالحاح لما يريدونه والغضب عندما لايتحقق ويرون أنفسم الضحية طوال الوقت وبطريقتهم هذه فى التفكير, عندما يسمعون كلمة **لأ** يفسرونها ب: (لاأحد يحبني –لاأحد يريدني–انهم لايهتمون بي)

ولوم الاخرين يخفف عنهم هذه المشاعر قليلا ويعوضهم عن الاحساس بالذنب والغضب الذى يؤثر فى احساسهم بذاتهم.

يظهر التفكير المجرد لدى المراهق، وهذا من أبرز التغيرات العقلية، والمقصود بالتفكير المجرد: القدرة على القيام بالعمليات العقلية دون التقيد بالمحسوس

–(الطفل صعب الطباع)–

سهل أحباطهم–لديهم اندفاع وغالبا له عامل وراثي فلديهم شعور أكثر أثارة للاشياء الجديدة ويطلبون أنشطة تجلب السعاده فيقعون في دائرة الادمان ولا يستجييون لآي مشاعر داخلية الا الغضب والخوف والاثارة والرضا عند الوصول الي الهدف ولايستطيعون أن يعبرواعن مشاعرهم وبالتالي يندفعون, ولانهم لايشعرون بالالم أو الحزن أو المعاناه فهم لايستطيعون الشعور بالاخرين ولا يتعاطفون معهم لانهم لايستطيعون أن يضعوا أنفسهم مكان الاخر ويطلق عليهم الكابتين أو المنغلقين.

–الأطفال كثيرة الرغبات دائما ينظرون لما بعد طلباتهم فيشعرون بسعادة وقتية عندما يحصلون علي الاشياء, ولعدم أحساسهم بالذنب لايشعرون بأذاهم للاخرين. وهم يحتاجون لتدريب علي المشاعر وضبط الذات وبعض الحزم من الوالدين والتربية بطريقة ردود الفعل السريعة التي فيها التقليل من حريتهم.

1 –التعامل مع المشاعر والمشاكل–

عادة لايعرف الاطفال كيف يتعاملون مع مشاعر القلق وعدم الراحة فالدعاية التلفزيونية ساعدت في خلق الشعور بالاحتياج لدي الاطفال الذين يجدون نقص بأحساسهم الداخلي والاحتياج الدائم لكلمة "أنا أريد شئ أخر وأشياء أكثر, استطيع أن أحصل عليه كله ,التصرفات السيئة تجلب المرح".

فيجب تعليمهم انه لا يوجد مرح مع المشاكل وأستخدام الآخرين لعمل ما تريده لذلك يجب البعد عن هذه الدعايه السلبية التلفزيونيه

2 -الحصول علي الاشياء لا يساوي الثقة بالنفس-

نظرا لأن الطفل لايتحكم في التعبير عن مشاعره وتنظيمها يصبح أكثرحساسيه للنقص ويشعر بالخجل بسهولة وأكثر انشغالا بأي شئ يفعله أوكيف يبدو شكله ويحمي نفسه من الفشل بعدم المحاولة أوبكثرة الاعذارويصبح سجينا لهذه المشاعر ودائم البحث عن الشئ التالي الذي يجعلة أحسن (الوجبات السريعة أولعبة) وتتأرجح مشاعره ما بين التوقع والاثارة عند الحصول علي الشئ والتعاسة عند عدم الحصول عليه, ويربط الاطفال ما بين رغبتهم في الحصول علي الشئ وثقتهم بأنفسهم ويشعرون بأنهم أفضل بالحصول عليه ويشعرون بأنهم تعساء ويغضبون عليه لو لم يحصلوا عليه فالشئ الجديد يحفز أفراز الاندورفين في مخ الطفل فيجعله يشعر بتحسن وقتى وبالطبع يبدأ الطفل بالبحث عن شئ جديد ليشعر بالتحسن ثانية.

فالثقه بالنفس لاتساوي أشياء بل بالسعادة بما لديك: أن يكون لديك احساس بمعني وهدف لحياتك فالأطفال بالمدارس التي فيها عنف وعدم احترام يحضرون هذا التفكير السلبي الي المنزل ويتعلمون أن التصرفات العنيفة تجعلهم يشعرون بالقوة مؤقتا ويشكلون القدوة السيئة لاخواتهم وتعلم الفوضى بالمنزل. فهذا الطفل الذي يتعلم أن يشعر بالتحسن فقط من أشياء خارج ذاته يملأ إحساس بنقص داخلي.

> تؤدي قدرة المراهق على التفكير المجرد ونقص الخبرة لديه الى مشكلتين رئيسيتين، الأولى: المثالية في التفكير، والثانية: الحيرة بين البدائل

هذه الاشياء أوالسيطرة بطريقته تعلمه أن التعامل مع الشعور بالملل أوالقلق يكون بالالحاح واستخدام الغضب لحصار الطرف الآخر ولايتعلم مهارة الحياة السعيدة وهي تأجيل الرغبات.

3 -الفقد المبكر يؤدي لجرح نفسي-

هذا الطفل يتعرض لفقد مبكر يؤثر في ذاته ومايحتاجه هو نضوج الآباء ووضع قواعد واضحة وأسس واظهار الحب والاحترام له لتعويض هذا الجرح النفسي ونظرته لذاته وهذه المشكلة تظهر عندما :

1-يقل اهتمام الأهل بالطفل عند ظهور الطفل الثاني وقد تتأخر في الظهور ولكنها موجوده "أنا غير محبوب, أنا غير مهم, أنهم يحبون البيبي أكثر".

وتبدأ الغيرة والاحساس بالاهمال والرفض فأي وقت يطلب فيه شئ ولايتحقق لمشاغل الآباء تعمق من إحساسه هذا بالاضافه لاتخاذ الآباء جانب الطفل الاصغر في خلافاتهم فيدعمون احساس الغضب ونقص الثقة بالنفس ولايستطيع التعبير عن هذه المشاعر أولايحدث تغيير عندما يتحدث مع والديه.

2-وقد تحدث هذه المشاعر أيضا مع حدوث تغير في حياه الطفل مثل عودة الآم للعمل أوانشغالها بشئ عنه أوسماعه خناقات والديه فيشعر بعجزه أيضا,أو وجود أحد الوالدين كثير النقد أو مدمن علي كحول أومخدرات, الطلاق يهز عالم الطفل وخاصة بعد المشاكل فيهز ثقته بالعلاقات ومعارك المحاكم علي حضانة الطفل أوعدم انتظام الآب في الزيارات أيضا تؤثر في احساسه بالامان.

3-وبعد الطلاق يترك الطفل وحيدا مع أم تعمل طوال الوقت أو الزواج بشريك أخر والانشغال عنه والتكيف مع أب أوأم جديدة وخاصة لو كانت أكثر حزما من امه الحقيقيه. وفاة أحد الوالدين أيضا أوتركه للبيت فيقوم الطرف الثاني بلوم الآول علي هدم المنزل فيؤدي الامر بالطفل للارتباك والغضب.

4-ايضا الانتقال لمنزل جديد صعب علي الطفل – ترك الطفل في حضانه في سن مبكرة وتعرضه لعنف أطفال أخرين

(الاطفال من 4س الذين يقضون أكثر من 30س فى الاسبوع في الحضانه كانوا أكثر طلباتا من غيرهم وأعنف وأقل انتظاما ممن نشأوا في المنزل).

5-الاطفال يعتادون ما يحيط بهم فوجودهم في وسط عنيف يعلمهم عدم الامان ويتحولون للعنف لمنع احساس العجز عنهم.

كل هذه المواقف تبدأ باحساس بالفقد مع تيقظ في المشاعر وارتباك بأن الطفل لن يستطيع التعامل مع هذه المواقف ثم حزن وغضب وأكتئاب وانه ليس جديرا بالحب فبعضهم يتخلي عن مسئوليته في التصرف السيئ أو يرفض الاعمال المنزليه أو التعلم ككل أوالخوض مع أصدقاء أسوأ منهم كي يتقبلوهم ويقضون كل وقتهم لمحاولة الحصول علي اشياء تشعرهم بالسعادة بدون احساس بالالم الداخلي لديهم.

4 -النوبات العصبية هي صرخه للمساعدة-

تزداد القدرة على التذكر عند المراهق وتقوى حافظته، وثمة فرق بين الطفال والمراهقين في الحفظ، فالأطفال يميلون الى التذكر الآلي، بخلاف المراهقين فهم يميلون الى تذكر الموضوعات التي حفظت بطريقة منطقية

فهي تحل محل مشاعر الغضب والاحباط وأن شيئا ما يحتاج الي تغير فهي رد فعل عاطفي وسلوكي وهرموني لآحساس بالخطر أوالفقد يسبقه أحساس أن شيئا ما كان يجب أن يحدث ولم يحدث فهي صرخة يجب أن تسمع: انه يحتاج الي الحب وأن يسمعه أحد وبعض الحدود لتصرفاته الغير مناسبة وعن حاجته أن يتعلم مهارت ضبط الذات ليتعامل مع الاحباط (ثق في حكمة الطفل-الاطفال يتعاملون بطريقة معينه لسبب ما وتصرف الطفل يقول لك ما تريد معرفته-استمرار الغضب يبعث لك برسالة وهي أريد شئ مختلف عما تعطيه لي)

افتح لآبنك مجالا أن يتحدث معك في مواضيع حساسة مثل العنف-بعد الاصدقاء-الجنس-المخدرات-الانتحار ولاتنفعل لما يقوله بل اجعله يكتشف مزايا وعيوب كل شئ وبذلك يتفتح مخه لاحتمالات أكثر واتفق مع زوجك علي طريقة تربية واحدة تكون حازمة.

تزداد القابلية لدى المراهق على إدراك مفهوم الزمن، فيتوقع المستقبل ويخطط له

5 -بعض الضغوط تعلمنا التعامل مع المشاكل-

الاطفال يحتاجون بعض الضغوط الصغيرة وتعلم طرق مناسبة للتعامل معها وأهمها الذكاء العاطفي وأهم وسيلة لضبط المشاعرهي التحدث عنها وتسميتها بأسمها ويكون الآباء قدوة في التعبير عن مشاعرهم أمام أبنائهم وتحمل مسئولية هذه المشاعر والتصرفات الناتجة عنها

من الممكن تعلم الذكاء العاطفي بالخطوات:"

1-عند الاحساس بالضغوط اضغط علي اجزاء جسدك مع نفس عميق

2-ضخم احساسك بالغضب لتطلقه من داخلك

3-تخيل الاشياء التي تغضبك وراقب نفسك أثناء لحظة الغضب

4-اكتب اوتحدث مع أحد لاطلاق المشاعر فالحزن قد يكمن تحت الغضب الذي يختفي تحت الخوف والارتباك.

من الممكن التعلم من مراقبة مشاعرنا السيئة وكيف تؤثر على رؤيتنا للأمور فلا نري الأشياء بوضوح, فلا تكن عبدا لمشاعرك".

-يعتمد استعداد الطفل لتقبل المدرسة أوموقف جديد على أهم أساس للمعرفه وهو(كيف يتعلم) ونقدم سبع أسس لتكوين هذه المقدره الحاسمة ,ترتبط جميعها

بالذكاء العاطفى الذي يعتمد علي ما تغذي به من الوالدين من رعاية في مرحلة ما قبل الحضانة :

1-الثقة

2- حب الاستطلاع

3-الاصرار

4-السيطرة على النفس

5-القدرة علي تكوين علاقات و الأرتباط بالأخرين علي أساس أنه يفهمهم ويفهمونه

6- القدرة علي التواصل

7-التعاون

-كلما زدت في الجدال مع طفلك كلما تمسك بوجهة نظره:

أسأل طفلك أن يري جوانب المواقف ,أن يضع نفسه مكان الطرف الآخر وحدد توقيت للحديث مع طفلك بدون تحويل لحظة المشاركة هذه الي حصة أخلاق, ومهد له قبل أي تغير في العائلة كي يعبرعن مشاعره كلها حتي السلبية منها مع وضع حدود للتصرف الخاطئ وحاول أن تتفهم منطقه وتحترمه وتذكر دائما أن المشاعر السلبية التي يتحدث بها الطفل لاتؤدي الي تصرفات, ضع القواعد المنزلية في ورقة علي الثلاجة مثلا وأكد عليها دائما وتأمل تصرفاتك التي لها تأثير علي طفلك واعتذر عن خطئك عندما تتحدث بصوت غاضب.

امنع الافلام العنيفة من التليفزيون وكافئ التصرفات الجيدة بمجرد هدوء المشاعرفيتعلم الطفل أن يفكر بطريقة مختلفة بالمشكلة بدون تأثير علي ثقته بنفسه, فيتعلم الطفل إطلاق مشاعر الالم الذي يكون وراء الغضب والاحباط.

-لاتجادل طفلك عندما يطلب الاشياء بالالحاح فهذا يؤكد له انك لاتهتم به, فقط علق علي تصرفه ثم غيرالموضوع (انك تربط سعادتك بمحاولة الحصول علي هذا الشئ فتجعل نفسك بائسا طوال الوقت) وذكره:

الطلبات الواقعية تساوي السعادة والغيرواقعية تساوي التعاسة وقل له أن يصف لك مشاعره عندما تقول له لا ويشير الي المكان الذي يؤلمه أكثر فى

ينمو الانتباه في مداه ومدته ومستواهن فيستطيع المراهق استيعاب مشكلات طويلة معقدة في سهولة ويسر، ويستطيع التركيز لزمن أطول من مرحلة الطفولة

جسمه فمن مهارات النمو (المقدرة علي طلب ما تريده ومعرفة أنك لن تحصل عليه), دائما قل لطفلك "قبل ان أجيبك علي طلبك استعد ان تتعامل مع مشاعرك الغاضبة لو ان الاجابة لا ماذا ستفعل كي تمنع غضبك فليس من الصواب ان تؤذي الاخرين بكلمات او تصرفات لانك تشعر بالسوء".

Feelings are meant to be felt, understood, explored and released.

VII – التفاعلات(المهارات) العاطفية

ان تربية المشاعر وبالخص المشاعر الأخلاقية. هي عملية بالغة التعقيد والصعوبة إذ لا يمكن اعتبار الطفل مجرد مادة لدنة نستخدمها لتطبيق افعالنا التربوية، ولا يمكن الافتراض بأنه من الكافي تحديد الهدف الذي نصبو اليه ثم السعي بخط ثابت لتحقيقه. وسيكون كل شيء على ما يرام، فنحصل على تربية ممتازة للطفل، ولا يكفي أن نكون أشخاصا فاضلين ومتقيدين بقواعد السلوك السليم حتى يأخذ أبناؤنا بتقليدنا في جميع تصرفاتهم، فلو كان الأمر كذلك لما ظهرت الدموع ابدا في عيون الوالدين، ولما كان هناك قلق وتأنيب ومصائب. لكن للأسف، لإغن الاخفاقات في تربية الطفال تحدث في الأسر الناجحة والمتماسكة، فمع ازدياد مخالطة الطفل الناس الآخرين يأخذ بالتشكل وجهة نظره الاخلاقية الخاصة وأفكاره وتطلعاته التي تتكرس تدريجيا لتأخذ في التحكم بتصرفاته وسلوكه. فإذا نحن لم نلحظ هذه الفترة العابرة من حياة الطفل، التي تتحول فيها نظراته الأخلاقية البسيطة الى مشاعر ثابتة ودوافع مستقبلية قوية لتحديد تصرفاته، فسيكون من الصعب جدا فيما بعد التحكم بسلوكه، خاصة عندما تصبح هذه التصورال الثابتة معاكسة لمعتقداتنا وتصوراتنا الحياتية.

تزداد قدرة المراهق على التعميم وفهم التعميمات والأفكار العامة، فهو يعمم فهما معينا من خلال حدث أو أحداث تمر عليه

I- ضبط النفس (التحكم في الاندفاع)

يعتمد علي ضبط الوقت (تحمل تأخير ما نريده) والقدرة علي ابعاد تركيزنا عن موقف ما وهي مهارة هامة لكل الاطفال كي يتعلموها وتعود الي سيطرة الأطفال علي تصرفاتهم ومعرفة الصواب من الخطأ, والاطفال الذين توجه اليهم

اختيارات لتصرفاتهم ويعتمدون علي الآباء والمدرسة كي يختاروا لهم لا يتعلمون ضبط النفس فهم يتبعون اختيارات الآخرين السيئة ولايتحملون مسئولية نتائج تصرفاتهم فيجب أن يتعلموا أن الصواب هو تحمل الآخرين رغم الاختلاف فمن يتعلموا هذه المهارة في الصغر يشعروا بسهولة الاختيار.

الاساليب العاطفية الابوية الشائعة هى :1- أسلوب تجاهل المشاعر تماما

2-أسلوب دعه وشأنه

3-اسلوب احتقارمشاعر الطفل وعدم احترامها بدلا من فهمها ومساعدته لتقليل توتره.

أنماط المراهقين:

1-نمط المساير للركب

2-المثالى الساخط على المعايير السائدة

3-الباحث عن اللذه

4-الجانح العدواني

5-الانسحابي

***تعلم ضبط النفس:**

Between the ages of one and three, children discover there's much they want to do but cannot. E.g.:

-Four-year-old throws the game nieces crumples the paper, and kicks the wall. screams: "I'm never going to be able to do this!"

- works hard on a drawing, then quietly pushes it away when it is only partly finished. erases her name until the paper begins to tear, then leaves the table and picks up a book to read. She's mature socially and has advanced language skills, yet she is more and more hesitant to try new activities.

- shows no interest in any of the art materials. He is an active, social, athletic boy, but he seems to avoid many of the activities most children his age love.

All these children are dealing with frustration, but they express it in different ways. Frustration is the tense, unhappy feeling that results when you can't do something you should be able to do or want to do. An adult may feel moderately frustrated, acknowledge it, and decide to temporarily leave a task, get help with it, or try another approach. These are good strategies for children to use, but first children must learn to recognize and accept frustration. To understand what is causing it, they must also develop enough impulse control to hold back from an intense immediate response.

frustration quickly turns into anger directed at the task (or materials)-"I hate letters!" or "Crayons are dumb!" A child might direct this anger at adults-"I'm never going to do that, and you can't make me!" Sometimes a child will direct her frustration at herself-- "I'm stupid" or "I hate the way I write!"

Then there are the more subtle expressions of frustration, avoidance of anything to do with reading and writing because they are hard . also avoids experiences that could eventually help make tasks such as drawing and recognizing letters easier for him.

perfectionism, which is related to pleasure in achievements, leads to try tasks that are too difficult then fails to meet own overly high standards. After making repeated attempts that don't seem to work, stops trying.

Developmental Background

Most children go through peaks of frustration between the ages of one and three. They are discovering that there is so much they want to do but cannot or may not. Young children often express their frustration in tantrums. At that point many of them learn the word frustrated, and parents and teachers help them to find compromises and alternatives and to develop at least some degree of patience.

يحتاج المراهقون لان يستمع لهم اباؤهم اكثر من احتياجهم لعظات حول تحمل المسئولية. الحوار و التركيز علي سلوكياتهم الحسنة

In the preschool years, further sources of frustration emerge: comparisons with peers, new expectations, and observations of older children (especially siblings) and adults. A child may be prone to frustration if he has minor delays in some developmental area, if he has easily succeeded at many things and does not remember the process of learning them, or if he is developing a somewhat perfectionistic personality style.

Helping Children Handle Frustration

Here's how you can help children cope:

Identify how individual children express frustration and the activities (or social situations) that tend to elicit it.

Provide alternatives to unacceptable expressions of frustration.

Explain that everyone, including adults, feels frustrated sometimes. Talk about the process people go through of not being able to do something and then practicing and getting better at it.

Finally, help children develop a strategy of taking one small step at a time in approaching new things. Engage parents as team members, if appropriate.

Remember to give lots of encouragement for small accomplishments. If a child reaches a plateau with a new task, celebrate how far she has come. Reassure her that, in her own time, frustration will diminish, reappearing occasionally as a signal of her hard work.

بين عمر السنة والثلاث سنوات يكتشف الاطفال ان لديهم الكثير يريدون أن يفعلوه ولكنهم لايستطيعون

مثل:- طفل يقوم بالقاء اجزاء اللعبة و كرمشة الاوراق وركل الحائط والصراخ((كلا لن استطيع أبدا القيام بذلك))

- يقوم طفل برسم احدي الرسومات ثم يقوم بالقاءها بعيدا بعد انهاء جزء منها وقد يستمر في محو اسمه من علي الورقة الي ان يتمزق الورق ,ثم يترك المنضدة ويلتقط كتابا ليقرأه يكون الطفل ناضجا اجتماعيا وعنده مهارات لغوية ولكنه يبقي مترددا للقيام باي انشطة جديدة

- طفل لا يبدي اي اهتمام بالادوات الفنية يكون الطفل نشيط واجتماعي ولكنه يتجنب كثير من الانشطة التي يقوم بها الاطفال في نفس عمره

تتعامل كل الاطفال مع الاحباطات ولكنهم يعبرون عنها بطرق مختلفة الاحباط عبارة عن شعور قاسي بائس يتكون عندما لاتستطيع عمل شئ تريد القيام به او يتوجب عليك القيام به, الشخص البالغ عندما يشعر بالاحباط ,يعترف بذلك ويقرر إما التخلي مؤقتا عن المهمة او طلب المساعدة او اتباع وسيلة اخري, هذه استراتيجيات يستطيع الطفل استخدامها ولكنه اولا عليه ان يتعرف علي الاحباط ويتقبله, ولفهم اسبابه عليه اولا تطوير وتحسين قدرته علي السيطرة علي انفعالاته لتقليل استجابته الفورية او رد فعله الاولي

يتحول الاحباط سريعا عند الطفل الي غضب موجه تجاه المهام او المواد((أنا اكره الحروف-الاقلام سخيفة)) أو قد يحول الطفل غضبه تجاه الكبار((لن افعل ذلك ولن تجبرني علي القيام بهذا الامر)) أو قد يحوله تجاه نفسه((انا غبي -لا احب طريقتي في الكتابة))

ثم يأتي التعبير عن الاحباط عن طريق التجنب-مثلا تجنب القرءاة والكتابة لانها صعبة او يتجنب الخبرات التي تجعله في نهاية المطاف يتعرف علي الحروف بطريقة اسهل كالرسم مثلا

وهناك نقطة (توخي الكمال) والشعور بالسعادة لانجاز المهام فيجرب مهام صعبة ويفشل في تلبية معاييره العالية التي يرغب في تحقيقها وبعد محاولات متكررة يتوقف عن المحاولة

عند تأخرهم عن المنزل نعبر لهم عن احساسنا بالقلق ونقول لأنك علي قدر من المسئوليه فلن أعاقبك هذه المرة ولكن اذا تكرر

ما يخص نموه وتطوره

معظم الاطفال تمر بالاحباط في مرحلة مابين سن السنة والثلاث سنوات-فهم يكتشفون أن لديهم الكثير يريدون ليحققوه ولكنهم لا يستطيعون غالبا ما يعبر الاطفال الصغار عن احباطاتهم في صورة نوبات من الغضب وعند هذه النقطة كثير منهم يتعلم كلمة (محبط) ويتوجب علي الاباء والمعلمين ان يعلموهم كيف يجدوا بدائل او حلول او علي الاقل يتحلوا بدرجة من درجات الصبر.

في مرحلة ما قبل الدراسة تظهر مصادر اخري للاحباط: كالمقارنة بزملائه – ملاحظة اطفال اكبر منه او اخواته-توقعات عالية من الاباء قد يكون الطفل اكثر عرضه للاحباط لو كان عنده بعض التأخر في نموه او نجح في بعض الاشياء بسهولة دون ان يتذكر طريقة تعلمها او اذا كان نمط شخصيته تهتم وتتوخي الكمال

لتحثوا أبناءكم علي التعبير عن مشاعرهم وعواطفهم تحدثوا اليهم كأشخاص ناضجين مثلكم وتحدثوا عما يضايقكم

مساعدة الطفل للتغلب علي الاحباط:

-قم بتحديد كيف يقوم بالتعبير عن احباطه والمواقف والأنشطة التي تظهره

-وفر بديل للسلوك الغير مقبول في التعبير عن الاحباط

-اشرح له اننا جميعا بما فينا الكبار قد نشعر بالاحباط,تحدث معه عن اننا قد لا نستطيع القيام بامر ما ثم نمارسه ونقوم به علي افضل ما نتمناه

-في النهاية علم الطفل وضع استراتيجية لاتخاذ خطوات صغيرة الواحدة تلو الاخري في اي مهمة جديدة يقوم بها و حاول إشراك الوالدين ضمن فريق العمل ان امكن

-تذكر اهمية ان تكافئ الطفل وتشجعه علي انجازاته الصغيرة –ولو توقف الطفل عند مستوي معين ثابت في القيام بالمهام –فقم بالاحتفاء به لما وصل اليه من تحسن

وقم بدعمه وتذكيره بان الاحباط سيقل ولكنه سيظهر احيانا في بعض المواقف حين يقوم بالاعمال او المهام الشاقة الصعبة

الدروس الأولية في التفاعلات الاجتماعية (الذكاء الاجتماعي)

عن طريق أشراك الابناء في مشاكلنا الخاصة يتمكنوا من فهمنا بطريقة افضل ويعلموا ان كل ما يؤرقنا ليس بالضرورة نتيجة خطئهم

يجب اختيار الآهداف المناسبة لكل سن فنجرب الآهداف البسيطة أولا حيث النجاح متوقع وكل هدف في وقت محدد: الطرق:

1-من الممكن أن يتعلم الطفل فى سنوات عمره المبكرة أن يتكلم مباشرة مع الناس عندما يتحدثون اليه, ويبادر بالتواصل الاجتماعى, ولا ينتظر أن يتواصل الاخرون معه, وأن يدير حوارا, ولا يكتفى بقول "نعم" أو"لا" أو لايرد على الاطلاق ,أن يتعلم كيف يعبر عن امتنانه للآخرين, وأن يسمح-مثلا- لشخص ما بأن يتقدم فى الدخول من الباب قبله, وأن ينتظر حتى ينتهى من يقدم له خدمة وأن يشكره, ويقول من فضلك, وأن يشارك الآخرين عملهم, وهذه التفاعلات الاولية هى التى نبدأ تعليمها للاطفال من عمر سنتين الى ما بعد ذلك.

2-للآطفال قبل سن المدرسة الاهداف المناسبة تشمل عدم مقاطعة الآخرين (بتعلم ملاحظة متي يتوقف المتحدث عن الكلام) فلا يبحثون عن جذب انتباه الآخر, أو العراك مع الآصدقاء.

3-في طلبة المدارس الآبتدائي الآهداف المناسبة تشمل قواعد النوم وأظهار الغضب بطريقة مناسبة بدلا من الضرب أوالصراخ وأيضا مشاركة اللعب مع الآصدقاء والسؤال بأدب عما يريدون وعدم الأنانيه و عدم أخذ راحة فور الشعور بالملل بل بعد العمل بجدية وبدء تعليمه ادخار مصروفه.

-استخدام المكافأت المناسبة فالآطفال يحتاجون تشجيع أيجابي ثابت لتعلم التصرفات المناسبة فالمكافأة والاهتمام (مثل وقت معين مع الوالدين) والتأكد من أن الطفل يعلم التصرف المطلوب

4-استخدام أنشطة معينة لتعلم ضبط النفس من 5-8 سنوات مثل:

-الرغبة في شئ أستطيع الحصول عليه:I

-الاطفال الصغار يغضبون عندما لا تتحقق احتياجاتهم حالا فيوميا الاطفال يحتاجون لعب وانشطة وأشياء جذابة لهم ولايعلمون كيف يتعاملون مع مشاعر الاحباط عندما يقال لهم لا أو بعدين.

أيضا لايفهمون عدم السماح لهم بعمل أشياء لآسباب دينية أو أجتماعية أومادية

-الخطوات:

1-قل انني اتمني الحصول علي-------ولكن لا استطيع الآن

2-فكر في اختياراتك: اسأل ثانية في وقت لاحق, حاول أن تجد شئ اخر لعمله, حاول الاستعارة أومشاركة مع أخر, انتظر دورك,القيام بأعمال منزلية والحصول علي مال لشرائه, تقبل عدم السماح لك به وقل أنا أريده ولكن لايوجد مشكلة ثم نفذ أفضل اختيار

-دع طفلك يكتب شئ أو نشاط يتمني الحصول عليه, ناقشه في طلبه ولماذا؟ وقل له عن شئ تتمناه انت ولماذا؟ودعه يتخيل صديق لديه لعبة جديدة تمناها هو من أسابيع أوالرغبة في اللعب مع صديق ليس لديه وقت ودعه يعبر عن مشاعره عندما يري طفل معه ما يتمني الحصول عليه أو أخذ شئ منه عنوة وما هي الآختيارات الآخري.

تحدث عن ميزاتهم وثقتك بأنهم سيحققون ما يتمنون في حياتهم واستحسنهم لزيادة ثقتهم بنفسهم ولوفي خطاب لهم

II-معرفة مشاعرك:

للسيطرة علي السلوك عندما يشعر الطفل بمشاعر قوية يجب أن يتعرف علي مشاعره, أولا تحدث الي طفلك عن المشاعر وعرفه الرابطة بين المشاعر والسلوك ليكتشف كيف تؤثر مشاعرنا علي اختيارنا مما يؤدي الي تحسن ضبط نفسه ,علم طفلك الخطوات لحل المشاكل:

1-فكر فيما يحدث.

2-فكر فيما شعر به جسدك (علم طفلك كلمات تدل علي المشاعر ليتعرفوا علي أحاسيس جسدهم التي تدل علي المشاعر المختلفة)

3-أدراك المشاعر.

4-قول أنا أحس ب:

المشاعر	سعيد	حزين	غاضب	خائف
احساس الجسم	يبتسم	متجهم	وجه أحمر	اتساع العين
	يضحك	يصرخ	متجهم	توتر
	التنفس بهدوء	يعقد يديه	مشدود	زيادة ضربات القلب
	عضلات مسترخية	يتحرك ببطء	يتنفس بسرعة	هدوء

الخطوات:

1-قل لآبنك انك تريد أن تتحدث عن المشاعر وكيف نتلقي أحاسيس جسمنا التي تعبر عن مشاعرنا مثل لو فزت في مبارة تبتسم وتضحك وإذا شتمك شخص تبكي

2-اسأل طفلك أن يعطي أمثلة لمشاعره (قل لي عن وقت شعرت فيه بالسعادة-الحزن-الغضب) حوالي ثلاثة أو أربعة أمثلة.

3-اجعله يذكرأسماء المشاعر التي يعرفها ومدي ارتياحه لها مثل(السعادة-الاثارة-الفخر-المتعة) أوغير مريحة مثل (الغضب-الحزن-الخجل-الارهاق) في عمودين

4-اسأله كيف يعبر عندما يكون سعيد أوحزين أوغاضب أوخائف

5-اجعله يتخيل مثلا أن فصله تلقي مكافأه أوراحة اضافية لنجاحهم في اختبار(رسم- موسيقي- قراءه)أوانه قام برسم وقال له أخوه الكبير انك لاتستطيع الرسم أوانك سمعت صديق يقول ان من يلبس قميص أزرق غبي

-اسأله كيف يعبر عن مشاعره المريحة أمام الناس (يبتسم-يضحك-يحضن-يتصرف بتلقائية مريحة) وعن اعتقاده عما يشعر به الناس عندما نظهر مشاعرنا المريحة ثم نسأله عن مشاعره الغير مريحة كيف يعبرعنها أمام الناس(يصرخ-يتجهم-يجز علي اسنانه)-وعما يشعر به الناس عندما نظهر مشاعرنا الغير مريحة وفائدة اظهار مشاعرنا للآخرين (نفهم بعضنا واختلافاتنا-نتعامل أحسن-نحل المشاكل أفضل- نتشارك أكثر)

-اجعله يرسم صور تبين مشاعر أبطال قصة تحكيها له

III-التعامل مع الاحساس بالغضب الشديد:

-الشعور بالغضب هو رد فعل طبيعي لما يحدث في حياتنا وتعليم الآطفال كيف يتعاملون جيدا مع هذا الشعور في سن مبكر يحسن قدرتهم علي التكيف والتحمل فمع زيادة العنف تعلم مهارة حل المشاكل شئ هام

-علم اطفالك هذه الخطوات لحل المشاكل:

1-ميز أنك تشعر بالغضب (وجه أحمر-قبض اليد- بداية البكاء)

عندما يحاول ابنك اخبارك بشئ انصت باهتمام, لاتقاطع, لا تعنف,لا تعاقب, لا تظهر غضبك والق موعظتك بعد مرور يوم او اثنين و إلا سيلتزمون الصمت "سينصتون إليك لأنك أنصت إليهم اولا

2-عد حتي عشرة

3-فكرفي اختياراتك : ابتعد الآن-استرخي وخذ نفس عميق-قل للشخص بطريقة لطيفة وبصوت هادئ لماذا تشعر بالغضب.

4- نفذ أحسن اختيار:

1- قل لطفلك انه سيمارس مهارات الاستماع لانه سيقرر ماذا سيفعل

2-ارسم عمودين في ورقة احدهما الآختيارات الجيدة والأخرالاختيارات السيئة

3-اقرأ عليه السيناريو التالي (جارك شتمك أوصديقك كسر لعبتك الجديدة, والدتك رفضت ذهابك مع أصدقائك الي نزهة) واجعله يفكر في تصرفات عديدة كرد فعل لمواقف مماثلة ثم اسأله ليقرر أيهما سئ وأيهما جيد (بأن نسأله أسئلة مثل : ماهو شكل وجه هذا الشخص؟ماهو احساس جسمه؟بماذا شعر؟كيف خمنت؟وماذا حدث؟

4-في النهاية ضع علامة X عند عمود الآختيارالسئ وانقل اجابات الآختيارالجيد في ورقة أخري وعلقها في حجرة الطفل مثلا وشجع الطفل علي الرسم علي الورقة.

"إن رد الفعل المتعاطف الذي يعكس لطفلك مشاعره المضطربة ويعبر عن تفهمك عنصر أساسي لتغيير مزاجه الغاضب"

II - كيف تعلم طفلك تمييز مشاعر الآخرين؟

1- نستخدم الصور فى المجلات ونسأله ماذا تعتقد؟ كيف يشعر هذا الشخص؟ ونوضح له عندما يخطئ, ونكررها. وللطفل الاكبر سنا (أكبر من عشر سنوات) نجعله يحكي قصة عن الوجوه التى يراها ومن الممكن أن نعطيه مكافأة لنشجعه على الاستمرار و نربط بالمشكلة مثل أن تقول: جزء من مشكلتك أنك ترى الموقف بطريقة مختلفة عن الاخرين فعندما يقول المدرس اجلسوا فأنهم يجلسون فهم يرون الموقف على أنه يجب اطاعة الامر بينما ترى الموقف أنه لايلزم وهذا غير صحيح مما يوقعك فى المشاكل وأنا سأساعدك فلن تقع فى المشاكل ثانية.

حاول بناء صداقة مع ابنك, شاركه ضحكه ومزاحه.اقضي معه بعض الوقت ناقش معه مشاكلك شاهد معه فيلم ،اخرج معه للنزهة بشكل منتظم للعشاء او للتسوق هذا لا يخفف فقط من حدة مزاجه وكذلك يجعله واضحا صريحا معك ويزيد من ثقته بك وهو ما يجعلك انت الاخر سعيدا

2- أن تكون مثلا له فمثلا تحكى قصة أننى سوف أذهب الى محل وأتحدث الى البائع بطريقة مهذبة كى يساعدنى واذا لم أجد ما أريده لن أغضب,

وللكبار تدربهم كيف يقفوا فى طابور منظم بدون هرجلة مثلما يفعلون فى الفصل حتى يجلسوا فى أماكنهم و يكرروا حتى يصبحو منظمين.

3- قسم ما تريد تغييره فمثلا نتفق معه أن اليوم يتعود أن يبتسم فى وجه البائع ويقول من فضلك وشكرا وتتبهه عندما يرد البائع ابتسامته حتى يستمر.

4- عمل تجربة فمثلا يرفع يده قبل أن يتحدث فى المدرسة أو أن يحيى المدرس قبل دخول الفصل ودائما تغيير واحد فى كل مرة ومع شخص واحد كل مرة.

5- استخدام أسلوب التدريب بأن تقول له الناس لا يستجيبون لك عندما تفعل ماذا؟ ونتركه يجيب ونكمل لماذا لا نجرب كذا بدلا منه فنقول له ان المدرس لايحب أن تتحدث فى الفصل ولهذا تعاقب فماذا ستفعل فى المرة القادمة عندما تريد أن تتحدث بدون استئذان؟ وكيف ستذكر نفسك؟ ونذكره بما قلناه.

6- مراجعة ادراكه: أن نعلم الطفل بأن يراجعنا (هل قمت بعمل شئ خطأ؟) عندما يلاحظ بأن من يحدثه غاضب.

البــــــاب الخامـــس: الجنـــس و معنـــاه الإنسانـــي

الفصــــــــل السابــــع: -الخيـــــال لـــــــدي الأطفــــــال:I

تحدث مراحل النمو عادة بين3-10ش, عامين لأربعة أعوام, من6-8أعوام, من10-12في البنات و14-16في الأولاد وهذا هو التوقيت السليم لتقديم خبرات جديدة للأبناء

من المهم تنشيط مخ الطفل ودفعه للتعود منذ الصغر على استعمال كل خلايا مخه وتقبل المعلومات عن طريق المثيرات المتنوعة المتعددة التي تسمح له بذلك وهناك العديد من الجوانب المناخية في الأسرة يمكن أن تساعد على تنمية الابتكار من أهمها

ان تربية المشاعر الجمالية لدى الطفل لا تقتصر فقط على تنمية حدة البصر لديه، وغنما تشمل مقدرته على استيعاب تناسق وجمال الواقع المحيط به

1- تخليص المناخ الأسري من الأساليب غير السوية في التنشئة مثل القسوة أو التدليل الزائد أو الإهمال أو التفرقة في المعاملة بين الأبناء أو التذبذب في اتخاذ القرارات, تحلي الآباء بالصفات والقدرات الابتكارية المشجعة على التقليد لهم والتوحد معهم.

2- ملاحظة الطفل في استغراقه بأحلام اليقظة فلا نحاول إخراجه منها ولكن علينا أن نسأله عما يشغله ومساعدته على تنمية جوانب التخيل لديه.

3- الحرص على تشجيع إبداع الطفل البسيط من خلال الاهتمام بما يرسم وسؤاله عن معاني ذلك, أو نطلب منه قص قصة حول ذلك أو وضع عنوان لها.

4- اصطحابه لأماكن تثير الخيال لدى الطفل كالمتاحف وسؤاله في النهاية عما شاهده دون الحد من حريته في الحديث.

أهم أسباب الوقوع فريسة للإدمان:
عدم القدرة على التعامل مع الضغوط الحياتية اليومية
عدم الثقة بالنفس
عدم القدرة على مواجهة المشكلات
عدم توفر معنى أو هدف لحياة الفرد
عدم إشغال وقت الفراغ
الإحتياج العاطفى

-5اصطحابه للبحر مع المحافظة على سلامته دون تقييد حريته وترك الفرص له في الإبداع عبر عمل قصور الرمال أو غير ذلك من الأنشطة البحرية للأطفال مع مساعدته بتوصيل معلومات هامة له عن الحياة البحرية والبرية.

-6 توجيه اهتمام الطفل للنظر والتأمل في السماء والمطر والسحاب ليرى قدرة الخالق فيها, ونقل العديد من المعلومات له من خلال ذلك.

-7 تنمية ذاكرة الطفل ليتذكر العديد من الأشياء التي كانت موجودة من حوله مثل المائدة أومن البحر وسؤاله عن تفاصيلها وحجمها وأشكالها.

-8 التعزيز والإثابة المعنوية بشكل خاص كالتشجيع والتربيت على الكتف والابتسام وكلمات الاستحسان تؤدي إلى تدعيم وتثبيت السلوك وتكراره.

-9 سماع الطفل عند الحديث عن أعماله وتشجيعه على السرد المناسب.

-10 تفهم وجهات نظر الطفل واختياراته وتنمية ذاته الإبداعية في اختيار ملابسه والألوان, وغير ذلك مع احترام إرادته وعدم إجباره على سلوك ما بالأساليب المشجعة على الاستقلال في التفكير والتفاهم والمناقشة الفعالة.

وقد أثبتت العديد من الدراسات العلمية أن الإبداع يتبع في نموه نمطا يمكن التنبؤ به فهو يظهر مبكرا ويلاحظ في تعبيرات الأطفال ومن خلال ألعابهم وفي أنشطتهم المختلفة .

إن الحاجة إلى التفكير الابتكاري من الحاجات الأساسية لرفع مستوى الصحة النفسية لدى الأطفال وبدون إشباعها تتدهور إلى مستويات متدنية.

إن إعطاء الطفل الفرص للتعبير عن ذاته يمنحه وسيلة مقبولة اجتماعيا للتخفيف من الضغوط والصراعات ومشاعر القلق وتتيح له أن يكشف عن ذاته لزملائه ويكشف الآخرين عن ذواتهم له, وهي الطريقة الصحيحة لنمو مفهوم الذات الحقيقي للطفل من خلال علاقته بالآخري

ويقدم تورانس العديد من المقترحات لتنشيط وتنمية القدرات الابتكارية لدى الأطفال منها

-1إثارة الطفل حتى يظهر أكبر عدد من الطرق التي يمكن من خلالها الوصول لمكان ما وكذلك تمثيل العديد من الأشياء التي يمكن أن يتحول إليها كوب ورقي مثلا.

2-إثارته للعب أدوار ارتجالية أو تمثيله (أرنب أو ثعبان) أو موضوع ما أو تقليد الكبار في سلوك.

3-تنمية قدرته على التعبير عن مشاعره وأفكاره من خلال الرسوم والقصص -إحكام الأسلوب القصصي من خلال الاسم والعناوين المعبرة عنها.

4- القدرة على الجمع بين اثنين أو أكثر من الأشكال الناقصة في صور معبرة.

كيف تنمو مهارات اللعب وتتطور؟

معظم الأطفال يمرون بالمراحل التالية خلال تعلمهم اللعب:

-اللعب الاستكشافي والعشوائي

الطفل يهز، ويدق، ويقلب اللعبة أو (الشيء) أو يضعه في فمه ليستكشف الأشياء بتذوقها والنظر إليها، والاستماع إليها، أو تحسسها

-اللعب الوظيفي الأولي

يبدأ الطفل باستخدام الأشياء بالطريقة الملائمة ، فمثلا يمشط شعره بفرشاة الشعر، ولكنه أيضا قد يمشط الأرض، أوالمكعبات، وحتى ملابسه

ويبدأ الطفل أيضا في هذه المرحلة بدفع السيارات، وفتح وإغلاق العلب، والاستماع إلى هاتف الأطفال، ويستخدم الفوطة لمسح الأشياء، ويجمع أجزاء علبة بسيطة جدا

-اللعب الوظيفي المتأخر

يبدأ الطفل باستخدام معظم الألعاب والأدوات والأوراق، بطريقة مناسبة، حيث إنه هنا لا يستخدم الأدوات بشكل غير مناسب

والطفل هنا يجب أن يبدأ بالاستجابة للأوامر مثل «أرني ماذا حدث لقدمك؟»، فيخلع حذاءه.

ويجب على الطفل أن يجيب عن الأسئلة التي تتعلق بأحداث مصورة في الكتب أيضا

وعلى الأسرة أن تتأكد إذا كان الطفل يستطيع أن يشير إلى صورة الشيء إذا ذكرت له وظيفته أو فائدته، وسبب استخدامه، فمثلا يستطيع الطفل أن يشير إلى

إن الوقت المناسب للتدخل في حل مشكلة الإدمان هوالتدخل مبكرًا في بداية حياة الطفل عن طريق: تنمية الشعور بالأهمية وبقيمة الذات لدى الطفل.
شعوره دائمًا بالرضا عن نفسه وعن عائلته وعن مستقبله وبالتالي لن يفعل أيشئ يؤذي به هذه النفس المهمة لديه

صورة الكرسي عندما تسأله: «إيه اللي نقعد عليه؟«

-اللعب الرمزي – البناء

يبدأ الطفل هنا باستعمال الرموز أثناء اللعب، فمثلا يمكنه أن يتظاهر بأن اللعبة أو الصندوق قطار أو سيارة

-اللعب التخيلي

هناك المزيد من القدرة على الخلق والتصور في هذه المرحلة، إذ قد يلعب الطفل مع أصدقاء أو حيوانات خيالية، أو يتظاهر بأنه شخص آخر، يتظاهر الطفل هنا بأنه حصان أو طبيب أو «سوبرمان»، ولا توجد حدود لخيالاته، حيث إنه يستخدم جميع الأشياء الروتينية في الحياة المنزلية عندما يلعب «بيت – وكذلك يقوم بتمثيليات جادة مع نماذج الحيوانات

أنشطة لتطوير المهارات

وحول الأنشطة التي تساعد على تطوير مهارات اللعب عند الطفل، فإنه يجب أن توفر الأدوات والألعاب المناسبة للمرحلة التي يمر بها طفلك، وأن تعلمه كيفية استعمال هذه الأدوات والألعاب بنفسك أمامه، وتجذب انتباهه إلى كيفية استخدامها، وعليك اختيار عدد محدود من الألعاب والأدوات في كل مرة.

استخدم النشاطات التالية لمساعدته على تطوير مهاراته حسب مستواه، وحسب المرحلة التي يمر بها، ثم انقله تدريجيا إلى المرحلة الأكثر تطورا:

1 -مرحلة اللعب الاستكشافي

زود الطفل بالفرص المناسبة، لاستكشاف الألعاب والأدوات باستخدام حواسه المختلفة، وتأكد من استعمال ألعاب وأدوات أمينة، وغير سامة ولكنها ملونة، ومثيرة للاهتمام، واستخدم أولا المواد والأطعمة المتوفرة عادة في منزلك، وإليك بعض الطرق لتأكيد استعمال الحواس المختلفة:

السمع:

تحدث عن الأشياء وأنتما تلعبان بها، فمثلا قل: «الكتاب وقع على الأرض». تحدث عن الأصوات التي تحدثها الأشياء، فمثلا قل: «استمع للورقة، إنها تخشخش«

استخدم العديد من الأشياء التي تصدر أصواتا مختلفة، مثل أصوات الخشخشة، وأصوات الجرس، وأصوات الفرقعة (صوت الفشار)، وأصوات الدق أو النقر (صوت الساعة)

النظر:

تأكد أن طفلك ينظر فعلا إلى الأشياء، أدرها ليراها من جميع الاتجاهات. المس وجهه واجعله يدور حولها إن لزم الأمر، وحرك كل أداة أو لعبة وأدرها حتى ينظر إليها

ساعد طفلك على تحسس الأشياء من جميع جوانبها. دعه يحمل كل أداة أو لعبة، امسح اللعبة أو الأداة على خديه، أعط الطفل الكثير من الفرص للمس وتحسس مختلف الأشياء، وتأكد من أن تكون متفاوتة النعومة أو الخشونة، ومتفاوتة في درجة حرارتها

الحركة: ساعد طفلك على هز كل أداة وتحريكها، ووضعها بهدوء على طاولة، لأن هذا يساعد الطفل على سماع الأصوات التي يصدرها أو يسببها الجسم

احضر إسفنجة ناعمة، ودع طفلك يرميها، وأعطه الفرصة ليركض أو يزحف وراءها، إن هذا يساعده على استكشاف حركة الجسم. ساعده ليتحرك، ويدفع الأشياء، ويجرها وأعطه ملاعق وبعض الأواني لينقر عليها

التذوق والشم:

ضع أطعمة مختلفة أو أشياء أخرى لها رائحة بجانب طفلك، فإذا كانت أطعمة، فدعه يلمسها أو يتذوقها، حيث إن معظم الأطفال في هذه المرحلة يحاولون استكشاف ما حولهم من الأشياء بوضعها في أفواههم، ولكن تأكد أن الأشياء الخطرة أو القذرة بعيدة عن متناول يديه

اللعب الوظيفي – اللعب الوظيفي الأولي:2

إذا وجدت طفلك يلعب بلعبة أو أداة بشكل مناسب فتوقف لمراقبة لعبه الذاتي باهتمام ، وشجعه بابتسامة، فبعض الآباء يتركون طفلهم يلعب وحده بهدوء، ويشعرون بالرضا لأن ذلك يعطيهم المجال لإتمام أعمالهم،

فإذا ما ترك الطفل يلهو وحده من دون مديح يتقلص إقباله على اللعب شيئا فشيئا، وغالبا ما يترك اللعب، ويعود للجلوس مع والديه

ربما يكون نقص التعاطف مع الآخرين هو الجانب الأكثر اختلالا عند مريض الأسبرجر فيعاني من صعوبات في القيام بعناصر التفاعل الإجتماعي الأساسية.

-اختر أداة واحدة أو اثنتين في الوقت الواحد لتعليم طفلك، أعطه المجسمات أو الأدوات التي قد يضعها في فمه، أو يهزها أو يطرقها، خذ الأدوات واستعملها الاستعمال الصحيح بنفسك، مثلا خذ المشط ومشط شعرك أو مشط شعره، احرص على استخدام كلمات تصف ما تفعله وتعبر عنه مثلا، قل: «شايف.. مشط شعر.. بابا بيسرح شعره». أعط الطفل فرصة أخرى ليلعب بالأداة، وإذا بقي طفلك غير قادر على تقليد ما فعلت، أمسك بيديه وساعده

وقد تحتاج أحيانا إلى شريك، فمثلا قد يقوم فرد آخر من الأسرة بمساعدة طفلك على دحرجة الكرة (جيئة وذهابا) ما بينك وبين طفلك، في كل مرة يقوم طفلك بتقليد وأداء الحركة المناسبة، أعطه الكثير من الاهتمام والمديح

-اللعب الوظيفي المتأخر: 3

إذا كان طفلك ينجز الأفعال المذكورة أعلاه باستمرار دون مساعدة من الآخرين فإنه على الأغلب جاهز لمزيد من اللعب المخطط له، أضف المزيد من الألعاب كلما تطور طفلك، فمثلا أضف ألعابا يمكنه الركوب عليها والصناديق التي تتكدس فوق بعضها حسب حجمها، وأوراق وأقلام التلوين وألعاب الألغاز (Puzzles)،

- حفلة التذوق:

ضع 4 أو 5 كميات صغيرة من أطعمة مختلفة، ضع كلا منها في طبق، واطلب من أفراد العائلة تذوق كل منها، واحرص على أن تكون الأطعمة مفضلة من قبل المجموعة

الآن يمكنك تغطية أعين جميع أفراد العائلة، كل منهم حسب دوره، واطلب إليهم التعرف على نوع الطعام من رائحته، ثم من طعمه.. وعند كل طبق اسأل طفلك إذا كان هذا هو طعامه المفضل، فمثلا اسأله: «هل هذا آيس كريم؟»، وكافئه كلما حدد نوع الطعام بشكل صحيح

ماذا تسمع؟ أعط طفلك الفرصة ليألف الأصوات التي تصدر داخل المنزل، دعه يقرع جرس الباب، ويدير قرص التليفون، ويفتح حنفية الماء، ويفتح الراديو، ويدق على الباب، وبعد ذلك العب معه لعبة «ماذا تسمع؟»، وذلك بإصدار صوت

ما أو تسجيله على مسجل، ثم اطلب منه أن يشير إلى الشيء الذي أصدر الصوت أو أن يسميه، فإذا كانت إجابته صحيحة، فدعه يذهب ويصدر الصوت (مثل دق جرس الباب)

-صندوق المتاهة:

اصنع صندوقا من الكرتون له غطاء من القماش، واترك فتحة الغطاء تسمح بمرور اليد فقط لمعرفة الأشياء باللمس، بحيث لا تراها العين، ويقوم أفراد الأسرة بوضع أشياء داخل الصندوق، ثم يقومون باستخراج أشيائهم عن طريق لمسها باليد. ويمكن أن يُسأل الطفل عن الأشياء التي وضعت في الصندوق، ثم يبدأ باستخراجها ليتأكد من أن توقعاته صحيحة.

ما هو؟

إليك قائمة ببعض المواد واستعمالاتها، التي يمكنك تعليمها لطفلك بواسطة لعبة تخمين مسلية-**:**

ماذا نقرأ؟ (كتبا) – ما الذي نغسل به أجسامنا؟ (صابون) – ما الذي تلبسه بقدمك؟(حذاء) – ما الذي نركب فيه؟ (سيارة) – ما الذي ننام عليه؟ (سرير) – ما الذي نعرف به الوقت؟ (ساعة)

4- اللعب الرمزي البناء: وفر أوقاتا محددة كل يوم للعب مع طفلك، وفر له الفرص ليلعب مع أطفال آخرين من مستوى نمو أعلى قليلا من مستواه، وفر له دمى ومكعبات وأطباقا بلاستيكية، وصناديق صغيرة، ودمى سيارات وشاحنات، ودمى حيوانات وملابس ألعاب، وألوانا وأوراقا.

شجعه على اللعب بهذه الألعاب معك. العب بالصندوق كسيارة أو قطار، تظاهر بأنك تبني المكعبات

-اللعب التخيلي:5

ساعد طفلك على تذكر الأحداث التي تحدث بانتظام وذلك بالحديث عنها، واقرأ القصص له بانتظام، إنه سيتعلم تذكر الأحداث حسب تسلسلها الزمني

العبا معا لعبة بالاعتماد على قصة يعرفها ويألفها، وفي البداية سيقوم بأداء جميع الأدوار، ومع الوقت فإنه سيمثل الأدوار مع العرائس، والحيوانات، أو مع الأطفال الآخرين

تتيح القدرة الإدراكية للأطفال المصابين بالأسبرجر أن يعبروا عن المعايير الإجتماعية في بيئة اختبارية، حيث يمكن أن يكونوا قادرين على توضيح فهمهم النظري لمشاعر الآخرين

وبعد ذلك، سيقوم بتوجيه الأحداث والحركات وأخذ عدة أدوار أثناء اللعب، تأكد أن لدى طفلك دمى متنوعة ومجموعة ملابس لها، وأدوات طبيب، ومواد أخرى تصلح للألعاب التخيلية.

اليك بعض الافكار لالعاب نقترح عليك تجربتها مع طفلك بشكل يومى :

-تلامس اليد والقدم (مناسب للاطفال ما بين صفر و6 أشهر)

بينما يكون طفلك مستلقيا على ظهره,أمسكى يده اليمنى وقدمه اليسرى ولامسيهما ببعضهما البعض بلطف, كررى ذلك ولكن هذه المرة بيده اليسرى وقدمه اليمنى. قومى بهذا التمرين حيث تلتقى أطرافه عند منتصف جسمه ,لانه يساعد على تطوير ونمو "الجسم الجاسئ" فى المخ وهى كتلة ألياف عصبية تصل بين الجسمين نصف الكرويين الايمن والايسر لمخ طفلك.

-أمسكنى لو أستطعت (مناسب للاطفال ما بين 6 و12 شهر)

احبى مع ابنك لتلعبى معه لعبه "أمسكنى لو أستطعت" حيث تحاولين الامساك بطفلك ثم تشجعين طفلك على الحبى للامساك بك, فى كل مرة يحبى فيها طفلك فانه يحسن عددا من مهاراته الجسدية كالتوازن, التناسق بين حركة اليد والعين, التوافق العضلى وادراك العمق والمسافة ,وبذلك يتمكن من التحرك بطرق جديدة ومتعدده.

-الاماكن الصغيرة هى اللعبة (مناسب للاطفال ما بين 12و18شهر)

يعشق الاطفال اللعب فى الاماكن الصغيرة والضيقة, فلم لا تستعملين وسائد الاريكة لتشكيل نفقا ضيقا لطفلك, أو صندوقا كرتونيا مع غطاء سرير لتشكيل قلعة. شجعى طفلك على الحبى داخل النفق عبر وضع لعبته المفضلة وزوريه داخلها اذا كانت تتسع لك أيضا, فهذا يساعده على استيعاب مفهوم المسافة والمساحة.

-خشخشة (مناسب للاطفال ما بين 12و18 شهر)

ان صنع أشياء تخشخش واستعمالها لاصدار أصوات مختلفة مع طفلك يسليه ولكنه أيضا يعلمه ايقاع الاصوات. خذى زجاجات ماء بلاستيكية صغيرة فارغة وعبئى كل منها بأشياء مختلفة كالرمل أو الارز أو الفاصولياء المجففة أو حتى المكرونه الجافة, احكمى اغلاق الغطاء ثم ثبتيه بشريط لاصق. شجعى طفلك على خشخشتها ليكتشف أصواتها المختلفة.

غالبا ما يبدي مرضى الأسبرجر سلوكيات, رغبات وأنشطة تتميز بالتقيد والتكرار, وأحيانا تكون تلك الأمور مكثفة أومركزة بشكل غير طبيعي

ان هذا يحفز قدرته على الاصغاء وعلى التنسيق بين الحركة والصوت المرغوب.

-أدوات المطبخ (مناسب للاطفال ما بين 12و18 شهر)

اصنعى مجموعة طبول خاصة بك من خلال أستخدام الاوانى مختلفة الاحجام, استخدمى الملاعق الخشبية للقرع عليها بحيث تسمح لطفلك بأن يختبر اصدار أصوات متنوعة ومختلفة. هذا يساعده على تطوير التنسيق بين العين وحركة اليد بالاضافة الى حس ايقاع الاصوات لديه.

-المرح مع الصناديق (مناسب للاطفال ما بين 18و24شهر)

احصلى على صناديق وعلب بأحجام مختلفة لها أغطية. ضعى هذه الصناديق مفتوحة أمام طفلك ودعيه يملؤها بألعاب صغيرة وأشياء اخرى. ثم أسأليه: "أين وضعت اللعبة؟" سترين اذا كان بامكان طفلك معرفه العلبة التى تحتوى على اللعبة واخراجها بعد فتح العلبة. وكررى ذلك من خلال سؤاله عن باقى الاشياء الموجودة فى العلب.هذا يساعده على تطوير قدراته الحركية من خلال فتح واغلاق العلب بالاضافة الى قدرته على حل المسائل.

-بقعة ضوء (مناسب للاطفال ما بين 24و30شهر)

خذى مصباحا يدويا وأطفئ جميع الاضواء فى الغرفة,أرى طفلك كيف أن بقعة ضوء تقفز وتدور وتركض عبر سقف الغرفة وجدرانها, وجهى بقعة الضوء على الارض بالقرب من طفلك ولكن ليس فى متناوله وشاهديه وهو يحاول امساكها. ان هذا تمرين جيد للتركيز الذهنى واستيعاب مفهوم المساحة والمسافة.

-رشرشه (مناسب للاطفال ما بين 24و30شهر)

يحب الاطفال رشرشة الماء كثيرا فاليك هذه اللعبة السهلة.أملآى حوض الحمام ببعض الماء بعلو 15-20 سنتيمترا فقط وخذى عددا من ألعاب طفلك المائية بما فيها الكرات البلاستيكية والسفن وما الى ذلك. دعى طفلك يختار لعبة ويرميها فى الحوض ليترشش الماء.اختبرا معا أى الالعاب ترشش الماء أكثر. هذه اللعبة هى عبارة عن تمرين جيد لقدرة الطفل على امساك الاشياء وافلاتها بالاضافة الى تطوير التنسيق بين العين وحركة اليد.

السعي نحو مناطق معينة من الرغبات, هو واحد من أبرز سمات الأسبرجر, وقد يجمع الأشخاص المصابون بالمرض مجلدات من المعلومات التفصيلية عن موضوع واحد ضيق محدد, مثل "الديناصورات" بدون أن يكون لديهم فهم حقيقي حول الطبيعة الأشمل للموضوع.

-ركوب القطار(مناسب للاطفال ما بين 24و30شهر)

ساعدى طفلك فى أختيار ألعابه المفضلة وأخذها فى رحلة بالقطار, خذى سلة غسيل بلاستيكية ودعى طفلك يملآها بألعابه, ثم أعلنى بدء اللعبة "سينطلق القطار" اطلبى من طفلك أن يدفع بالسلة أمامه على السكة (المسار الذى حددتيه).

هذه اللعبة تحسن من قدراته على المشى دون الاعتماد عليك.

الفصـــــــــل الثامـــن: التربيــــــــة الجنسيـــــــة و العــــادة السريـــة

When you open the door to check on the kids, you find them sitting on the floor with their panties off, pointing at and touching each other's genitals.

What do you do?

إذا كان من ناحية يصدق عليها القول بأن الوقاية خير من العلاج فهى هذه الناحية التى تتصل بالحياه الجنسية

*مظاهر النشاط الجنسى :

الصور– المذكرات– الالفاظ– الغراميات–الأفلام–التخيل بالروايات– الاستمناء (معظم الاطفال لايضارون نتيجة ذلك) ولكن ينبغى علينا ألا نطلق العنان لألعابهم ذات الطابع الجنسى بعدم كبته, ولكن بتوفير نشاط آخر يشغلهم ويستحوذ على اهتمامهم, وعرض مجلات فكاهيه بدلا من الجنسية عليهم مع الحديث المخلص العطوف.

(1)تحديد درجة خطورة السلوك الجنسى:

Influenced by: The child's age, what the child observes, what the child is taught

سلوكخطير:ما يكون كثيرا – فى السر– لا يستطيع الطفل ايقافه وهو:

–من الولادة لخمس سنوات:

طوال الوقت (لمس اعضائه التناسليه– لمس اعضاء باقى الاطفال– محاولة لمس أعضاء الكبار)– محاولة ادخال أشياء مثل القلم أوالاصبع فى عضوه أو فى الاطفال–ارغام الاطفال على اللعب معه جنسيا– تقليد مشهد جنسى اثناء لعبه.

تعتبر التصرفات النمطية والتكرارات الحركية جزئيين أساسيين في تشخيص الأسبرجر والأنواع المختلفة من التوحد

-من 5- 9 س :

ممارسة العادة السرية أمام الاخرين- سلوك جنسي مع اطفال اصغر – الدخول على حجرة اطفال اصغر للمسهم – تقليد مشهد جنسى مثل القبلة- حوار جنسى فى كلامه ولعبه- *كشف أعضائه*.

-من 9 – 12 س :

ممارسة العادة السرية أمام الاخرين- نشاط جنسى – تبادل صور جنسية عن طريق النت – الاعتداء على الاطفال الاصغر جنسيا – مقابلة شباب تم التعرف عليهم عن طريق النت- وجود مرض جنسى

-من 13 – 18 س :

ممارسة العادة السرية أمام الاخرين -اجبار الاخر على التعرى- الانشغال بالمناظر الجنسية العنيفة- يتحدث باباحية جنسية – الاعتداء الجنسى – تهديد الاخرين باشياء جنسية (تليفون أو رسائل أو اللمس)- تقارب جنسي مع حيوانات- ايذاء أعضائه أو أعضاء الاخر

سلوك متوسط: اقل كمية وهو:

-من الولادة لخمس سنوات :

الانشغال بالسلوك الجنسى للكبار – نزع جيبات أو بنطلونات الاطفال بالعنف – الحديث الجنسى مثل الكبار – متابعة الاخرين للحمام لمحاولة لمسهم أو الفرجة عليهم

-من 5 – 9 س :

اعادة الاسئلة الجنسية بالرغم من الرد عليها- ممارسة جماعية للعادة السرية- الانشغال بكونه جذاب جنسيا

-من 9- 12 س :

مناقشة الجنس مثل الكبار- وصف نفسه على النت بدقة- الانشغال بدردشة النت- اعتداء جنسى وعنف- تغيير نوعية الملابس

-من 13- 18 س :

انشغال جنسى والافلام الاباحية – وصف دقيق عبر النت –الشات و*المقابلات*- الملامسة الجنسية والعلاقة الكاملة

سلوك طبيعى: تلقائى- فضولى- يسهل وقفه وهو:

-من الولادة حتى 5س :

مسك الاعضاء – محاوله لمس الاطفال أو الكبار المقربين خاصة فى الحمام – تعرية نفسة وتعرية الاخر امامه – الاستمتاع بأنه عريان – الاعجاب بجسمه- (عند الرابعة التعلق بالاب من الجنس الاخر – لمس اعضائهم خاصة عند التوتر أوالتعب للاسترخاء و ليس للمتعة).

نعلمهم تقاليد الخصوصية بتوجيههم للممارسة في حجرتهم وعدم إحساسهم بالذنب

-من 5 – 9س :

العادة السرية – اسئلة عن الانجاب والفرق بين الولد والبنت- محاولة لمس باقى الاطفال- زيادة احساسه بخصوصية جسمه-(من 3- 7 س :السؤال من أين يأتى الطفل – النظر لجسمه وجسم الاخرين, من 5- 7س :يعلم الطفل عن اختلاف الجنس- يختار اصدقاء من نفس الجنس ويتعلق بالاب من نفس الجنس – تتعلم البنات تقاليد الخصوصية – استخدام الفاظ ونكت جنسية- يستمرفي العادة السرية)

-من 9 – 12س :

لغه جنسية – وجود صاحب او صاحبة – التعرى أمام نفس الجنس من الاطفال- الخصوصية – الشات – القبلات مع الصاحب-(من 6- 11س : اصحاب من نفس الجنس ويبتعدوا عن الجنس الاخر).

وهو السن الذي يظهر فيه تأثير الاعتداء الجنسى.

-من 13- 18 س:

العادة السرية لوحده أومع الاخرين – المعاكسة- سلوك جنسى – القبلات

Table 1: Common Sexual Behaviors in Childhood

على الرغم من أن الأفراد المصابين بالأسبرجر يستطيعون اكتساب المهارت اللغوية بدون تأخير كبير وعادة لا يعيب كلامهم أي تشوهات, إلا أن اكتساب اللغة واستخدامها يكون "غير نمطي" في كثير من الأحيان

Age	
Preschool children (less than 4 years)	Eexploring and touching private parts, in public and in private Rrubbing private parts (with hand or against objects) Sshowing private parts to others Ttrying to touch mother’s or other women’s breasts Rremoving clothes and wanting to be naked Aattempting to see other people when they are naked or undressing (such as in the bathroom) Aasking questions about their own—and others’—bodies and bodily functions Ttalking to children their own age about bodily functions such as “poop” and “pee”
Young Children (approximately 4-6 years)	Ppurposefully touching private parts (masturbation), occasionally in the presence of others Aattempting to see other people when they are naked or undressing Mmimicking dating behavior (such as kissing, or holding hands) Ttalking about private parts and using “naughty” words, even when they don’t understand the meaning Eexploring private parts with children their own age (such as “playing doctor”, “I’ll show you mine if you show me yours,” etc.)
School-Aged Children (approximately 7-12 years)	Ppurposefully touching private parts (masturbation), usually in private Pplaying games with children their own age that involve sexual behavior (such as “truth or dare”, “playing family,” or “boyfriend/girlfriend”) Aattempting to see other people naked or undressing Llooking at pictures of naked or partially naked people Vviewing/listening to sexual content in media (television, movies, games, the Internet, music, etc.) Wwanting more privacy (for example, not wanting to undress in front of other people) and being reluctant to talk to adults about sexual issues Bbeginnings of sexual attraction to/interest in peers

(2) تقييم للاسباب

الجهل بالمعلومات- عدم وجودخصوصية- الملل – الوحده – اضطراب أسرى – عدم وجود نظام ثابت أو قواعد أو عقاب – التعرض لخبره جنسية مؤلمة عاطفية أو جسدية أو جنسية أواهمال – عدم وجود تفاهم – الاكتئاب – الفضول- عدم وجود رقابة – القلق – الاحتياج للانتباه أوالعلاقات

Excessive exposure to adult sexual activity(including media exposure through television or the Internet)

Children with sexual behavior problems often show other behavioral and social difficulties, including:

-Impulsiveness and a tendency to act before they think

-Difficulties following rules and listening to authority figures at home, in school and in the community

-Problems making friends their own age and a tendency to play with much younger children

A limited ability to self soothe (calm themselves down), so they may touch their own genitals (masturbate) as a way to release stress and calm down

(3) التدخل

تربية جنسية (أجزاء الجسم – خصوصيتها – البلوغ – حماية النفس – التعامل مع الدورة الشهرية – أنواع اللمس – العلاقات- الاعتداء الجنسى – اتخاذ القرار- الثقة بالنفس والمشاعر)- عقاب لتصرف غير لائق ومكافأة للتصرف الجيد- ثبات التعامل من كل افراد المنزل – وجود نظام- مراقبة مع الشرح- وجود هوايه.

التربية الجنسية

إن التربية الجنسية الجيدة تؤخر التعاملات الجنسية بين المراهقين (ما قبل العشرين) فلا تحدث الامراض الجنسية, الحمل المبكر أو سرطان عنق الرحم للفتيات.

ويجب أن يتم تعليمها قبل 12 سنه, وأن تكون ردود على أسئلة تطرأ عليهم بدلا من إلقاء محاضرة جادة عليهم ومطولة, تحدث معهم عن تجربتك الشخصية وعن خجلك في هذه المرحلة, تحدث عن المشاعر أيضا مع الوصف العلمى لها, وعندما يسألونك حاول معرفة كمية المعلومات لديهم.

يمكن ان يتمتع الأطفال المصابون بالأسبرجر بثروة لغوية معقدة على نحو غير عادي وفي سن مبكرة, وغالبا ما يطلق عليهم "الأساتذة صغيرو السن", لكنهم غالبا ما يجدوا صعوبة في فهم اللغة التصويرية, ويميلوا إلى استخدام اللغة الحرفية.وكذلك لديهم نقاط ضعف في مجالات اللغة غير اللفظية

التربية الجنسية فى مدارس الحضانة ورياض الاطفال:*

الطفل بطبيعته مع نموه الطبيعي يتحكم في اخراجه, يبدأ يخترع كلمة تدل علي التبول ولكن قد لا يتحكم في التوقيت المناسب مفيش عقاب تحت سنتين علي الاخراج, اللعب بعضوه التناسلي يحدث في أول سنة ونهرالاباء يحث الطفل علي الاندماج فيها.

أن نعلم الطفل أهمية الوظائف الاخراجية بكيفية لاتثير فيه الشعور بالتقزز منها, ذلك لان الاعضاء الجنسية وأعضاء الاخراج ترتبط فيما بينها ارتباطا وثيقا وربما تحول اى شعور بالاشمئزاز نحو اعضاء الاخراج للاعضاء الجنسية.

*التربية الجنسية فى المدارس الابتدائية (حتى سن 11 سنه):

عرضية ليست منظمة–تربية الدواجن والسمك فى المدرسة واجابات مبسطة للاسئلة التى تعن لهم (ينبغي أن يلم بالمعلومات الأساسيه في سن العاشرة)

*التربية الجنسية فى المدرسة الثانوية (11– 18) :

منظمة– ينبغى علينا أن نتحدث مع صغار التلاميذ عن العلاقة بين الجنسين على انها فى صميمها وسيلة للتناسل ولانمس الناحية العاطفية منها إلا مسا رقيقا (قبل بلوغ الحلم يريدون ان يعرفوا كيف تعمل الاشياء).

وبرغم هذا كله فلا يمكن القول بأن الاستمناء عادة مستحبه ، فما هي في افضل حالاتها الا تعبير ناقص عن الغريزة الجنسية وقد يقال انها خطوة ارقي تلي لعب الاطفال باعضائهم الجنسية وحدوث اللذة الحسية فان الاستمناء يضيف الي ذلك الاحساسات الوجدانية ، بيد أن الناحية الوجدانية فيها تتمركز حول الفرد ,ان مجرد اثارة الفرد لاعضائه التناسلية الخاصة تكفي للحصول علي انفراج عضوي ولكنه يترك في الانسان شعورا بعدم الارتياح ذلك لان الجنس عند الانسان يبغي أبعد من زوال التوتر العضوي, انه يبغي الاتصال بالاخر(جماع).

وعليه فينبغي ان يكون الاتجاه العقلي الذي يشعر به المراهق نحو العادة السرية هو أنهاعمل أتاه اغلب الناس في وقت من الاوقات وانها شي طبيعي الي حد ما فليست له نتائج وخيمة كتلك التي تعزي اليه في كتير من الأحيان ولكنها مرحلة الانتقال الي الحب الكامل بين الرجل والمرأة وعلي ذلك فمن اللازم الاقلاع عنها كما يحدث بالنسبة لعادات الصغر الأخري.

وقد استدل الزيلعى على عدم حل الاستمناء بالكف بقوله تعالى {وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ * إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ } [المؤمنون: 5-6] وقال فلم يبح الاستمتاع إلا بهما أى الزوجة والأمة. فأفاد عدم حل الاستمتاع أى قضاء الشهوة بغيرهما.

وقد استدل صاحب الدر على ذلك بحديث "ناكح اليد ملعون "ومن ذلك يعلم أن الاستمناء بالكف حرام يعزر فاعله شرعا.

وأما الشيخ العثيمين فإنه رخص فيها عند الضرورة عند شرحه لقول المقدسي في زاد المستقنع: ومن استمنى بيده بغير حاجة عزر. قال: قوله: بغير حاجة أي: من غير حاجة إلى ذلك، والحاجة نوعان: أولاً: حاجة دينية. ثانياً: حاجة بدنية. أما الحاجة الدينية فهو أن يخشى الإنسان على نفسه من الزنا، أما الحاجة البدنية، فأن يخشى الإنسان على بدنه من الضرر إذا لم يُخرج هذا الفائض الذي عنده؛ فإن لم يكن بحاجة، وفعل ذلك فإنه يعزر، أي: يؤدب بما يردعه

وعند مناقشة المشكلات الوجدانية للاستمناء يجب ألا تغرب عن الذهن بعض الحقائق العمليه الهامة التي ترتبط بالناحية الجسمية من ذلك:

أن ما يثير الالتفات الي الأعضاء الجنسية يزيد من احتمال هذه العمليه, وقد يكون اضطرار الأولاد الي مسك قضيبهم عند التبول عدة مرات يوميا أحد العوامل التي تؤدي بهم الي مزاوله الاستمناء, ومن الميسور معاونة الفتيان علي التغلب علي كثير من الاسباب الجسمية المؤدية الي هذه العمليه ففي بعض الاحيان تكون القلفه ضيقة لدرجة تسبب للفتي عناءا كبيرا ولذلك يجب الختان, وفي بعض الحالات الأخري يؤدي تجمع اللخن تحت القلفه الي احداث الالتهاب ويمكن التخلص من هذا بأن تسحب القلفه الي الخلف وينظف رأس القضيب من وقت لاخروبالمثل ينبغي ان تحافظ البنت علي نظافة الأجزاء الخارجية من الاعضاء التناسلية, كما ينبغي أن نعمل علي تعويد الاطفال الانتظام في عملية التبول والتبرزوعدم الافراط في الطعام لان امتلاء المثانه أو الامعاء لدرجة أكثر مما ينبغي يكون سببا في استثارة الميل الي الاستمناء.

غالبية الأفراد المصابون بالأسبرجر يستطيعون فهم مسألة "الفكاهة" إلا أنه ينقصهم فهم "مغزى" الفكاهة, مما يمنعهم من مشاركة الاستمتاع بها مع الآخرين

ومما يشجع ايضا علي ممارسة هذه العادة الاستحمام في الحمامات الشديدة السخونه ويشجع عليها ايضا ملابس النوم شديدة الدفء أوشديدة الثقل, كما يؤدي اليها الاقلال من تغيير الملابس التحتية أو ضيق تلك الملابس وقلة تهويتها, مع ضرورة النشاط المتنوع الممتع للأطفال وانتظام وقت النوم والبعد عن التوتر والأزمات النفسيه والارهاق.

ولوقاية طفلناعلينا الاهتمام ب:

ألا نضعه فى مواقف مثيرة مثل الصور والمجلات والافلام الخليعه, نبعده عن الزملاء الأكبر سنا أوالخدم, نعزله عن الوالدين أثناء النوم و نهتم بالعلاقة العاطفية بين الوالدين

ويجب أن نخبر الشبان الصغار بكل هذه الأمور ليس لقيمتها العمليه فحسب وانما نرجو بذلك ايضا ان نخلق في نفوسهم الأمل في التخلص من هذه العادة بعد ارشادهم الي الوسائل الناجحة لمحاربتها فقد ثبت أن لوجود هذا الامل قيمه معنوية كبري.

-يجب ان تكون التربيه الشديدة مقرونه بالتفهم لحاجات الطفل ومراعاة لامكاناته هكذا تتجنب التربيه الكبت, وتقف في وجه جموح الغرائز بالتوعية لا التعامي, وتهذيب الغرائزو توجيهها لا قمعها ومراعاة مراحل النضج.

- الاعلاء sublimationللجنس بالانطلاق في النشاطات والحياة الروحية بكاملها .
- السلوك الغريزي في الحيوان تحت سيطرة hypothalamus وفي الانسان prefrontal zone (cerebral cortex) مركز السيطرة علي الذات والتوازن الانفعالي والاهتمام بالمستقبل والاخر والواجب والقيم وتوجه الغرائز دون ان تستسلم لحتميتها.

Table 2: What to Teaen

what to teach and when

Preschool children (less than 4 years)

Basic Information

1- Boys and girls are different

2- Accurate names for body parts of boys and girls

1- Babies come from mommies

2- Rules about personal boundaries (for example,

3- keeping private parts covered, not touching other

4- children's private parts)

5- Give simple answers to all questions about the body and bodily functions.

Safety Information

6- The difference between "okay" touches (which are comforting, pleasant, and welcome) and "not okay" touches (which are intrusive, uncomfortable, unwanted, or painful)

7- Your body belongs to you

8- Everyone has the right to say "no" to being touched, even by grownups

9- No one—child or adult--has the right to touch your private parts

10- It's okay to say "no" when grownups ask you to do things that are wrong, such as touching private parts or keeping secrets from mommy or daddy

11- There is a difference between a "surprise"--which is something that will be revealed sometime soon, like a present—and a "secret," which is something you're never supposed to tell.

12- Stress that it is never okay to keep secrets from mommy and daddy

13- Who to tell if people do "not okay" things to you, or ask you to do "not okay" things to them

Young Children (approximately 4-6 years)

Basic Information

14- Boys' and girls' bodies change when they get older.

15- Simple explanations of how babies grow in their mothers' wombs and about the birth process.

16- Rules about personal boundaries (such as, keeping private parts covered, not touching other children's private parts)

17- Simple answers to all questions about the body and bodily functions

أخبر العديد ممن تعاملوا مع أفراد مصابين بالأسبرجر والتوحد عن مهارات حسية غير عادية, ومهارات إدراكية وخبرات غير عادية لدى هؤلاء الأفراد

1- Touching your own private parts can feel nice, but is something done in private

Safety Information

2- Sexual abuse is when someone touches your private parts or asks you to touch their private parts

3- It is sexual abuse even if it is by someone you know

4- Sexual abuse is NEVER the child's fault

5- If a stranger tries to get you to go with him or her, run and tell a parent, teacher, neighbor, police officer, or other trusted adult

6- Who to tell if people do "not okay" things to you, or ask you to do "not okay" things to them

School-Aged Children (approximately 7-12 years)

Basic Information

7- What to expect and how to cope with the changes of puberty (including menstruation and wet dreams)

8- Basics of reproduction, pregnancy, and childbirth

9- Risks of sexual activity (pregnancy, sexually transmitted diseases)

10- Masturbation is common and not associated with long term problems but shouldn't be done

Safety Information

11- Sexual abuse may or may not involve touch

12- How to maintain safety and personal boundaries when chatting or meeting people online

13- How to recognize and avoid risky social situations

الميل للجنس نفسه

- أسبابه نفسية فقد يرفض الذكر في أعماق شعوره أن يقبل نفسه كذكر وكذلك الانثي ويتأصل الرفض في مراحل الحياة الاولي كذلك العجز الجنسي للرجل والبرود الجنسي للمرأة تعبير عن عجز الفرد علي إقامة صله حقيقية بشريكه لأسباب لاشعورية : نرجسية أو خوف أو عداء.
- لايوجد حاجة بيولوجية بحتة عند الانسان حتي الطعام فيه ارضاء حاجات معنويه ملازمة لتلك الحاجة الجسدية فتتخذ طابع انساني شامل.

تلك الكراهيه للجنس المتاصله في اعماق الشعور الانساني انما هي نابعه من الخوف ودوافع الخوف هي :

1- النرجسية (الانا الطفوليه) وقد يلجا للقيم الخلقية ليخفي عن نفسه اولا والأخرين عجزه عن مواجهه الاخر والاتصال به.

2-الخوف من الانوثه عند الذكور(نتيجة لحرمان الام لطفلها يتولد لديه صورة الام الشريرة).

3-رفض الانوثه عند الاناث:عند سن الثالثه تكتشف البنت الاختلاف بين الجنسين وعدم وجود عضوالذكورة في جسدها فتشعر بالنقص ولكونها تتحمل العبء البيولوجي لوظيفة التناسل مع الدورة الشهريه والحمل والوضع والارضاع فتكون الانوثه عبء وقيد.

4- ما نشاهده في بعض الأسر من تنشئة خاطئة تبدأ منذ الصغر تلعب دورا كبيرا في عدم تقبل الطفل لهويته الذكرية او الانثوية في المستقبل. ومن نماذج هذه التصرفات قيام بعض الأهل بإطالة شعر ابنائهم الذكور، والسماح لهم باللعب بألعاب البنات وإلباسهم لباس الفتيات، وكذلك تسمية البنات بأسماء الذكور، والسماح لهن باللعب معهم في ألعابهم الخاصة التي تتسم في بعض الأحيان بالعنف.

قد يتأخر الأطفال المصابون بالأسبرجر في اكتساب المهارات الحركية التي تتطلب مهارة

5- وإضافة إلى ذلك فإن تعرض الأطفال في صغرهم إلى التحرش الجنسي من قبل أحد افراد العائلة أوالمكلفين بحمايتهم له دور كبير في التحول إلى الشذوذ الجنسي .

6- مركب اوديب: اذا لم يتخلي الطفل عن معشوقه الاوديبي(أمه) خلال نموه وبقي في اللاشعور علي عشقه الاوديبي فسوف يعيش ميوله الجنسية فيما بعد علي انها اعادة لغرامه المحرم الاول وبالتالي تقع هذه الميول تحت طائله التحريم الذي اصاب العشق الاوديبي مثيرة في النفس جزع غامض وقد يؤدي بالعكس للاباحية counter-phobic attitude فيفرط في نشاطه الجنسي خاصةعند المراهقين وهناك مظاهر اخري من مظاهر ارتباط الخوف من الجنس بالاباحية منها:

- وحدة الزي بين الفتيان والفتيات لتغييب الفارق بين الجنسين فيختبئون من الجنس.

- اتصال جنسي سطحي لاثبات انه لا يخاف الجنس وانه غير معقد تمشيا مع الجماعة وقواعدها .

- العفة الزائفة اما من خوف من الجنس او الكبت : كضغط اجتماعي او كعمليه لا شعورية مقتضاها منع الميول والدوافع الكائنة في اللاشعور من ان تظهر في حيز الشعور فبدلا من ان يقوم صراع شعوري بين الرغبه والذات يفر الذات فتظل الرغبه بكامل عنفوانها ولكن بعيدا عن متناول الشعور repression او كقمع اعمي وليس اختيار حر واع يحدوه حب يسمو بالطاقه الغريزية.

ضعف قدرة التلميذ التوحدي على توظيف المعلومة واستخدامها في موقع أخر, لفشله في فهم الأحداث وربطها مع بعضها , وضعف قدرة التركيز والانتباه لديه , إضافة إلى تغير انتباهه بسرعة ويسر , وتوجهه إلى ما هو جديد ومثير

ان وجود الاختلاط غير المنضبط في المدارس والجامعات قد ينعكس سلبيا على شخصية كل من الذكر والأنثى، وكذلك التشديد في منع الاختلاط من دون وجود رقابة مدرسية وبيتية من العوامل التي تساهم في انتشار هذا الفعل.

الوسائل والتقنيات العلاجية :

للكاتب د.محمد المهدي نشرت على موقع المستشار هدف العلاج هنا هو تحويل مسار الغريزة من اتجاهها الشاذ إلى اتجاه أقرب إلى الطبيعي:

1 - الإطار المعرفي : ويتلخص في تكوين منظومة معرفية يقينية بأن هذا السلوك شاذ (أو هذه المشاعر والميول شاذة) من الناحية الدينية والأخلاقية والاجتماعية.

2 - العلاج السلوكي: التعرف على عوامل الإثارة: حيث يتعاون المريض والمعالج على إحصاء عوامل الإثارة الجنسية الشاذة لدى المريض حتى يمكن التعامل معها من خلال النقاط التالية:

• التفادي: بمعنى أن يحاول الشخص تفادى عوامل الإثارة الشاذة كلما أمكنه ذلك

• العلاج التنفيري: نربط بين المثيرات الشاذة وبين أحاسيس منفرة مثل الإحساس بالألم أو الرغبة في القيء أو غيرها ، وبتكرار هذه الارتباطات تفقد المثيرات الشاذة تأثيرها ، وهذا يتم من خلال بعض العقاقير (نطلب من المريض أن يتذكر المشاعر الشاذة التي تمر بخاطره حين يرى أو يسمع أو يشم مثيرا معينا ،

وحين يخبرنا بأن المشاعر قد وصلت لذروتها بداخله نقوم بوضع طعم حار علي لسانه

• تقليل الحساسية : بالنسبة للمثيرات التي لا يمكن عمليا تفاديها نقوم بعملية تقليل الحساسية لها وذلك من خلال تعريض الشخص لها في ظروف مختلفة مصحوبة بتمارين استرخاء بحيث لا تستدعى الإشباع الشاذ

3 – العلاج التطهيري : نطلب من المريض حين يتورط في أي من الأفعال الشاذة أن يقوم بفعل خير مكافئ للفعل الشاذ كأن يصوم يوما أو عدة أيام ، أو يتصدق بمبلغ ، أو يؤدى بعض النوافل بشكل منتظم ......الخ ، وكلما عاود الفعل الشاذ زاد في الأعمال التطهيرية ، ويستحب في هذه الأفعال التطهيرية أن تتطلب جهدا ومشقة في تنفيذها حتى تؤدى وظيفة العلاج التنفيرى وفى ذات الوقت يشعر الشخص بقيمتها وثوابها ولذتها بعد تأديتها و الإحساس بالتطهر والنظافة وهذا يعطيها بعدا ايجابيا مدعما .

4 – تغيير المسار : وهذه الخطوة يجب أن يتفهمها المريض جيدا حيث يعلم بأن الغريزة الجنسية طاقة هامة في حياته ولكن حدث أن هذه الطاقة في ظروف تربوية معينة حفرت لها مسارا شاذا وتدفقت من خلاله ولهذا لا يشعر الشخص بأي رغبة جنسية إلا من خلال هذا المسار الذي اعتاده لسنوات طويلة وتدعم من خلال تكرار مشاعر اللذة مرتبطة بهذا المسار. و لكي يتعدل اتجاه الطاقة الجنسية فان ذلك يستلزم إغلاق هذا المسار الشاذ حتى لا تتسرب منه الطاقة الجنسية وبعد فترة من إغلاق هذا المسار تتجمع الطاقة الجنسية وتبحث لها عن منصرف، وهنا يهيأ لها مسارا طبيعيا تخرج من خلاله. وربما لا يجد الشخص رغبة جنسية نحو الجنس الآخر في المراحل المبكرة للعلاج لذلك يمكن أن يكتفي بالرغبة العاطفية، وكثير منهم تكون لديه الرغبة في العيش في جو أسرى مع زوجة وأبناء على الرغم من افتقادهم للرغبة الجنسية نحو النساء. ومن متابعة مثل هذه الحالات وجد أنهم حين تزوجوا كانوا ينجحون كأزواج رغم مخاوفهم الهائلة من الفشل حيث يحدث بعد الزواج إغلاق قهري للمنافذ الشاذة للغريزة (بسبب الخوف من الفضيحة أو اهتزاز الصورة أمام

عدم تذكر التوحدي لما قام به من فعل، وما تلاه من نتائج يعيق استحضار الخبر وإعادة إنتاج المهمات والواجبات المنجزة سابقا

الزوجة) في نفس الوقت الذي تتاح فيه فرص الإشباع الطبيعية. وفى بعض الأحوال يحدث ما يسمى بالجنسية المزدوجة (Bisexual) حيث تكون لدى الشخص القدرة على الإشباع المثلي والغيري للغريزة.

5 – المصاحبة مع السيطرة على السلوك : نحن جميعا في حياتنا لدينا رغبات لا نستطيع إشباعها بسبب معتقداتنا أو ظروفنا الاجتماعية أو الاقتصادية أو غيرها ولهذا نصبر عليها ونضبطها لحين تأتى الفرصة المناسبة لإشباعها ، وقد لا تأتى فنواصل الصبر عليها أو إيجاد إشباع بديل. والشخص ذو الميول الشاذة عليه أن يتعلم ذلك الدرس وأن يتدرب على ضبط مشاعره وميوله الشاذة وأن يبحث عن الإشباع البديل (فكلنا مبتلون بمشاعر وميول لا يمكن إشباعها) وهذا من علامات نضج الشخصية. وفى المراحل المبكرة من العلاج ربما نحتاج إلى السيطرة الخارجية (بواسطة المعالج أو بالتعاون مع أحد أفراد الأسرة أو أحد الأصدقاء إذا كانوا يعلمون بالمشكلة) وذلك حتى تتكون السيطرة الداخلية، والهدف من ذلك هو منع الإشباع الشاذ حتى لا يحدث تدعيم لهذا المثار. وأثناء برنامج التدريب على السيطرة نطلب من المريض أن يكتب في ورقة المواقف التي واجهته وكيف تصرف حيالها ويقوم بعد ذلك بمناقشة ذلك مع المعالج ، وهذا ينمى في المريض مراقبة سلوكه ومحاولة التحكم فيه. وفى كل مرة ينجح فيها الشخص في التحكم يكافئ نفسه أو يكافئه المعالج حتى يتعزز سلوك التحكم والسيطرة الداخلية .

6 – العلاج الدوائي : استخدمت مانعات استرداد السيروتونين في بعض الحالات وأثبتت نجاحها (وكان المبرر في استخدامها نجاحها في السيطرة على حالات إدمان الجنس حيث تقلل من الاندفاع الغريزي) ، واستخدم معها أو بدونها عقار الكلوميبرامين على قاعدة أن السلوك الشاذ يأخذ شكل الفعل القهري ولذلك تصلح معه الأدوية المستخدمة في علاج الوسواس القهري.

7 – الدعاء : هو في نفس الوقت سلاح نفسي حيث تجرى عملية برمجة للجهاز النفسي طبقا لمحتوى الدعاء(سيكولوجية ما تحت الوعي).

عدم إحساسه بالزمن فليس للتوحدي وضوح كاف بتعاقب الأوقات (, لذلك نراه دائم الانتظار , انتظار وقوع الحدث , وليس وقت وقوعه) , مما يؤدي إلى الارتباك في تنفيذ الواجبات في تسلسلها الزمني

***gender dysphoria:**

1-My first suggestion is that you make a list of all potential human behaviors - both good and bad. After you have made this list, make two columns on a separate sheet of paper: one column headed "Men" and the other "Women." Now assign all the traits to the gender you think they are most likely to belong.

You may find in this process that most negative traits are being given to your birth gender while most positive ones are assigned to the other gender. Does this surprise you? Ask yourself if these assignments are realistic. Do all men you know fit the male stereotype you have created? Do all the women fit your female stereotype? The answer, if you are honest, will be no. Would it surprise you to learn that many members of the opposite sex also unfairly weight their gender in a negative manner?

The truth is that men and women both possess the positive traits of love, compassion, caring, intuition and competence, AND the negative traits of anger, insensitivity, hostility and aggression. These are human traits, not gender traits.

2- Another common problem is that a person may feel like he/she is a failure in living up to the expectations of his/her birth gender. Especially in today's world, men often feel they are incapable of being the sole support and protector of the family. These are unreasonable expectations, of course, and they exist only in one's mind, but they are nonetheless quite powerful. If you feel like you are a failure as a man (or woman), then we suggest you need to reevaluate your expectations regarding gender roles rather than reevaluating your gender.

3-In terms of the fantasy and erotics, you also have to bear in mind that one of the central issues with fantasy IS that it is fantasy. In other words: that it is not reality. What makes fantasy so fantastic for a lot of people is that we can think about something that we might not do in actuality, or even want to do in actuality, for any number of reasons. . We also, when using external things to fuel fantasy, will alter them a good deal by projecting our own thoughts, ideas and feelings into them. Too, when we're talking about pornography, we have to remember that it's often so unrealistic.

مع استطاعة التوحدي استلام المعلومات المكانية المرئية ، ولكنه يخفق في إدراك ترابطاتها الزمنية ، فيقوم بخزن كلي للمعلومات (كوحدة لا تنفصم) فلا يفلح في ألقيام بعملية فرز وتحليل للمعلومة بصورة منفردة . الأمر الذي يتسبب في اختلال الربط بين زمان الفعل ومكانه بين تاريخ الحدث وموقع حدوثه

تعرض الأطفال لاعتداء جنسي

One of the most stressful situations a parent or caregiver can face is finding out that their child has acted out in a sexual way. It can be difficult to know what to do. If you discover that your child has a sexual behavior problem, you may experience a range of reactions, including:

Difficulty believing that the sexual behavior really happened

Anger--at your child, at the other children involved, at yourself, and at the world in general

Feeling upset with or withdrawing from your child

Sadness and depression

Guilt and shame

Isolation -Disappointment, in your child and yourself

Confusion and uncertainty, especially if it is unclear why your child is sexually acting out

Nightmares and other traumatic stress reactions, particularly if you were sexually abused as a child

نتائج هذا الاعتداء :

Some children who experience sexual abuse show almost no reaction or trauma symptoms, while others may experience reactions such as nightmares, a heightened startle response, and avoidance of the sibling or anything that reminds them of the event. Still others develop symptoms of depression, anxiety (such as difficulty in separating from parents), behavior problems, social and peer problems, or even inappropriate sexual behaviors themselves.

(1) يجد الاطفال صعوبة فى الثقة بمن هم فى السلطة فى المستقبل

عاطفيا:1 - يشعرون بالذنب وانهم مسئولون عما حدث) 2(

- يتغير احساسهم بجسدهم واختلافهم عن اقرانهم2

الخوف والقلق وتجنب الحديث عما حدث3-

4- نكوص مع الغضب

(3) سلوكيا: 1-تصرفات جنسية كأن يمارسوا الاستمناء أويتعرون أمام الناس

2-العنف والجناح مع تصرفات اندفاعية يؤذون بها أنفسهم, مشاكل ضعف الشهية والنوم

3-تبول وتغوط لا ارادى- عنف- معلومات جنسية أكبر من سنهم- الاستسلام- الخوف من اشخاص لم يكونوا يخافون منهم- ليس لديهم اصدقاء دائمين- تقلب المزاج- تقبل لمس جسمهم والآخرين

(4) معرفيا: تكون لديهم معلومات مغلوطة

فلا يوجد طفل مستعد نفسيا للتعامل مع اثارة جنسية متكررة حتى لو فى سن سنتين الذى لا يفهم ما يحدث, بينما من سن خمس سنوات واكبر يقع فى حيرة بين الحب للمعتدى ومعرفته بأن ما يحدث خطأ وقد يشعر بالغضب, الغيرة, الخجل من باقى أفراد الاسرة أو يخاف أن العائلة تنفصل بسببه.

*بعض هؤلاء الاطفال يجدون صعوبة فى التعامل مع الاخرين الا من خلال علاقة جنسية ,وقد يظهر عليهم: زيادة اهتمام أو تجنب أى شئ يرمز للجنس, صعوبة فى النوم أوكوابيس, الانعزال عن العائلة أو الاصدقاء مع اكتئاب, يخضعون للاغواء و مغريين.

*يشعرون أن جسدهم قذر أوغير جميل أو اعتقاد أن هناك مشكلة فى أعضائهم التناسلية, يرفضون الذهاب للمدرسة, لديهم اسرار يخفونها عن الاخرين, فى رسمهم أو لعبهم أو أحلامهم صور جنسية أو أجزاء من التحرش الذي تعرضوا له مع زيادة العنف.

Even though children with sexual behavior problems are much like children with other types of behavioral problems, people may react more strongly to these problems because they are sexual in nature. As you move forward in getting help for your child, keep in mind that children with sexual behavior problems are—first and foremost—children. Your child may have made a poor decision, but he or she can learn to make good decisions.

وعلاجه سلوكيا مع تعليمه أن يقول لا أويبلغ الاخرين حتى لايتكرر الامر,تعليمه الفرق بين اللمس البريئ و الملامسه الخبيثة ويثق بنفسه وعندما يكون المعتدي من أهل البيت يجب أن يعترف ويتحمل المسئولية ويعتذر للطفل و نبحث عن السبب ونعالجه.

Implement rules about private partsو sexual behaviors and boundary rules

Use parenting strategies that prevent and reduce sexual and other behavior problems

Address sexual education topics with your child

Support abuse prevention strategies and skills

Enhance communication skills and improve the quality of your relationship with your child

Impulse-control strategies and decision-making skills

The labeling and expressing of feelings and skills to reduce distress

صعوبة إدراك التوحدي لمفهوم المكان: فهو يفتقد إلى الإحساس بالاتجاهات, والى القدرة على الاستدلال إلى مواقع الأشياء مما يؤدي إلى فقدان الإحساس بالاتجاهات والاستدلال, وعدم التعرف على البيئة المحيطة به

- شخصية المعتدي على المحارم

من الصفات التي يتصف بها المعتدي: الإنطوائية والبرود في حياته الاجتماعية مع الشريك الآخر، وتعتبر الكحوليات من الأسباب الأساسية وراء اغتصاب المحارم ، ففي كثير من حالات اعتداء الأب السكران على ابنته تستمر هذه العلاقة لفترات طويلة وبمعرفة الأم وبموافقة ضمنية منها حيث تتجنب العنف من زوجها السكران.

-أ -علاقة أب/ بنت

تتنوع الأسباب التي تدفع بالرجل إلى اغتصاب أولاده وأهمها: فقدان الوازع الديني والأخلاقي فيفقد في كثير من الحالات السيطرة على انفعالاته ، أما بسبب الغضب أو بسبب السكر ، إلا أنه في بعض الحالات قد تكون هناك أسباب أخرى تساهم في ارتكاب الأب لجريمته ، منها: تشجيع الضحية أو أمها بشكل غير مباشر على ارتكاب الفعل.

تشجيع الضحية يكون بشكل غير مباشر ولا إرادي ، إذ أن بعضاً من هؤلاء الضحايا يعرفون عادة " النضج الكاذب" ، حيث " يمكن أن يكون قد اكتمل نضوجهن في سن الثانية عشرة أو الثالثة عشرة ، مثل هؤلاء الفتيات يلعبن دوراً هاماً في الاهتمام المنزلي ، يُحَضِّرنَ العشاء ، ويَهْتَمِمْن بالأطفال الصغار...

أما تشجيع الأم فيكون بشكل غير إرادي ،إما الزوجة التي يكرهها الزوج وتكون ذات شخصية ضعيفة ، تعامله باستعلاء ، وترفض أن تقوم بعلاقة جنسية معه أو في كثير من الحالات تلعب الأم دوراً هاماً في تنمية علاقة الأب بابنته عن طريق تغيّبها الدائم عن المنزل(العمل أو العلاقات الاجتماعية) ، وفي بعض الأحيان قد يكون هذا الغياب عاطفياً ... حيث يستغل الأب الفرصة مبدياً حبه وعطفه الذي ينتهي بالعلاقة المحرمة.

-ب–علاقة أم / صبي

أن بعض الأهل يقومون بتبديل ملابسهم أمام أولادهم الذين ينظرون إليهم بحشرية ووقاحة. وهذه العلاقة نادراً ما تحصل وهي إن حصلت فتكون ناتجة عن خلل نفسي. فقد تكون بهدف إبدال الزوج أو إراحة ولد معذب ...وفي بعض الحالات قد يكون اغتصاب الأم لولدها ناتج عن السكر."

ج- علاقة أخ / أخت

"نوم الأطفال من العمر نفسه ، ومن جنس مختلف ، مع بعضهم البعض بعد سبع سنين ، يؤدي الي كسر للخجل ويعرضهم لخطر العلاقة الجنسية. "كما أن في " عرض الأعضاء التناسلية ، وغياب الخجل داخل الحمام أو في غرفة النوم وغير ذلك كَسْرٌ للحواجز، يؤدي إلى الاستغلال الجنسي. "

الأثر النفسي للاغتصاب عند الطفلة

تختلف مشاعر المغتصَبة الصغيرة عن المغتصَبة الكبيرة ، فهي لصغر سنها ولعلاقتها بالمغتصِب ، ينتابها في العادة مشاعر ومخاوف مختلفة عن المرأة الكبيرة في السن ، وأول هذه الاختلافات تكمن في الطريقة التي تستخدم في الاعتداء ، فإذا استخدم العنف والقوة في اغتصاب الكبار فان استغلال مشاعر الأطفال واستخدام العطف هو السلاح في الحصول على الأولاد

"إن الاعتداء الأول بين المعتدي والطفلة نادراً ما يكون عنيفاً، يكفي نقلها إلى مكان هادئ بعيد عن الخطر والمعتدي عادة يحصل على الضحايا السهلة، فهو يهجم عادة على الأطفال الذين يعانون من مشاكل عاطفية لأسباب عائلية، وهؤلاء الأطفال يميلون إلى سماع أحاديث الحنان"

1-مشاعر الطفلة المغتصَبة

تنتاب الطفلة المغتصَبة مشاعر عديدة وخاصة إذا كان الاغتصاب اغتصاب محارم ، إذ أن هذه الطفلة صغيرة وعاجزة عن مقاومة المعتدي ، أما لإحساسها بالخوف منه وإما لحبها الشديد له ، ويؤدي هذا التضارب في مشاعرها إلى إحساسها بالعجز والاستسلام ، ويمكن ملاحظة عدة علامات تظهر على الفتاة ، منها ما يظهر أثناء الاغتصاب ومنها ما يظهر بعد الاغتصاب ، وقبل الحديث عن هذه العلامات لا بد من ذكر مشاعر الفتاة التي تتعرض للاغتصاب من قبل الأقارب وهي تتلخص بالرفض والعجز، فالفتاة ترفض ما يقوم به المعتدي ، وفي الوقت نفسه لا تريد أن تفقده لأنها تحبه ، لذلك فان " مشاعر الرفض والقرف التي تواجه بها الطفلة هذه العلاقة يحل محلها الاستسلام ، إذ تنحدر في أعماق الطفلة مشاعر العجز والقلق، فهي تشعر بالعجز المعنوي والجسدي ولا تقوى على

اضطرابات ذاكرة التوحدي تؤدي إلى عدم تذكر المكان, فيقف عاجزا أمام إيجاد أجوبة ملائمة لأسئلة مثل (أين هو الان ؟ إلى أين يذهب ؟ إلى من يعود هذا الشيء ؟ أين تقيم ؟ أين يقع منزلك ؟

مواجهة الوالد ، فشخصيتها النامية لا تتجرأ على الاحتجاج بعنف ، خصوصاً أن خطر زنى المحارم لا يكون بعد قد تأصل في أعماقها ، ناهيك أن بعض الآباء يلجئون إلى التهديد والوعيد " : إذا تحدثت عما نفعل سأضربك بعنف " ، أو إلى الابتزاز العاطفي " :إذا لم تكوني عاقلة سأزعل منك ولن أحبك أبداً. " وتضارب مشاعر الطفلة هو الذي يمنعها في كثير من الأحيان من الإعلان عن الجريمة أو من مقاومة المجرم ، وأقسى ما تشعر به هو الإحساس *بالذنب* ، وذلك " بسبب مشاعرها العدائية إزاء والدها ، فهي لا تستطيع أن تفهم على الإطلاق لماذا يسلك والدها (الذي تحبه) هذا المسلك ، تجتاحها الحيرة والارتباك كيف يمكن أن تكرهه

بعض الأطفال والكبار المصابين بالتوحد، ممن يستخدمون التواصل غير اللفظي، لا يستطيعون معالجة المعلومات الداخلة عن طريق الرؤية والسمع في نفس الوقت، ولذلك لا يستطيعون الرؤية والسمع في نفس الوقت

2- الأعراض التي تظهر أثناء الاغتصاب

تتنوع المشاعر التي تنتاب الطفل الذي يتعرض للاستغلال الجنسي ، ومن هذه المشاعر:

أ- الاكتئاب والانتحار

قد يظهر الطفل حزيناً منشغلاً أو منغلقاً على نفسه ، ويمكن للاكتئاب أن يأخذ شكلاً غير مباشر تحت أشكال مختلفة ، مثل كثرة الشكوى ، والإحساس بالضعف أو بالمرض ، وبعض الأطفال يحاول أذية نفسه أو الانتحار.

-ب- الغضب والعداوة

يشعر الطفل المغتصَب بالظلم ، ولذلك فهو يشعر بالعداوة والغضب ضد كل المحيطين به ، وبعض الأطفال قد يظهرون هادئين ، إلا أن غالبيتهم يشعرون بالغضب تجاه المعتدي الذي اغتصبهم واستغلهم ، وأيضا تجاه الأهل الذين لم ينجحوا في حمايتهم من هذا الاعتداء.

وهذا الغضب قد يكون مكبوتاً وغير ظاهر ومتخذاً أشكالاً مختلفة ، كالاكتئاب أوالأوهام أو التصرفات العدوانية

ج- الخوف

تلازم الطفل المغتصَب مشاعر الخوف من نتائج الاعتداء الجنسي.

من المخاوف التي تنتاب الطفل أيضاً "الخوف من المجرم ، وقد يظهر هذا الخوف بشكل ظاهر ، أو قد يظهر على شكل أرق يتخذ شكل كوابيس."

دـــ -نفسية الضحية بعد النضج

إحساس الضحية ب*الدونية* ، وبأنه لا حق لهن بالحياة والعزلة و البعد عن كل ما يمكن أن يسبب الأذى ، إذ أنهن يعتقدن أنهن تحملن ما يكفي مـــن الأذى ، وأن لا نجاة لهن إلا بالوحدة ، لذلك فإنهن " يعانين كثيراً من المشـــاكل الاجتماعيـــة ... وعلاقاتهن بالأصحاب ناقصة ، وعلاقاتهن الاجتماعية غير مُرْضِـــية ... العديـــد منهن كن عدوانيات أو كئيبات ، وبعض منهن تنتابهن أفكار انتحارية ، وبعـــض آخر يفقدن الثقة بكل الناس ، وببعض الاضطرابات الجنسية (من أبرز ما يمكـــن أن يواجه الطفلة المغتصَبة عند الكبر هو الاضطرابات الجنسية ، مـــن إحســـاس بالعجز الجنسي ، أو إحساس بالنفور من الجنس بشكل عام فهي تشعر بلامبـــالاة مطلقة إزاء الرجال ، تردد في أعماقها "جميع الرجال يشـــبهون والـــدي ".هـــن يمارسن الحب و يتركن جسدهن للشريك ، ولكنه جسد بلا حياة ، فصورة الجسد عندهن مهشمة ، بل يرغبن أحياناً في التخلص من هـــذا لاحقـــاً لشـــتى أنـــواع الانحرافات الجنسية وافتقارها للقوى الأخلاقية الضرورية لضبط الغريزة الجنسية. والاضطرابات الجنسية لا تقتصر على الضحية الفتاة ، إذ أن الضحية الذكر قـــد يصاب أيضاً بالاضطرابات الجنسية ، حيث أنه قد يميل إلـــي الشـــذوذ الجنســـي ويشعر بالنفور من المرأة إما لتمتعه بالعلاقات الشاذة السابقة التي مر بها ، وإمـــا لإحساسه بالنقص وبالعجز عن إتيان المرأة

الفصـــــــــل التاســــــــع: ابنـــي المراهـــق يقودنـــي للجنـــون

ان كلمة المراهقة مشتقة من الفعل اللاتيني

ومعناه التدرج, والمراهقة هي المرحلة التي تسبق النضجadolescence

مراحل المراهقة:

أ- المراهقة المبكرة

تمتد فترة المراهقة المبكرة بين عمر 11 و14 سنة تقريبا، ورغم اعتقادك ان طفلك لا يزال صغيرا، فإنه يمر بتغييرات كبيرة ومهمة جدا. ففي هذا العمر يتارجح الراهق بين رغبته في ان يعامل كراشد وبين رغبته في أن يهتم به الأهل.. مما يجعل المر صعبا ومربكا للوالدين. يمكننا إطلاق اسم مرحلة " حب الشباب" على هذه الفترة من المراهقة، ففي هذه الفترة يشعر المراهق بضعف الثقة فيما يتعلق بمظهره الخارجي والتغييرات التي تطرأ عليه. يعتقد بأن الجميع ينظر اليه، ويصعب على الأهل إقناعه بغير ذلك، وتنعكس حاجة المراهق لزيد من الحرية في العديد من الأمور، فيبدأ برفض جميع أفكار ومعتقدات الأهل ويشعر بالاحراج ان وجد في مكان واحد مع أهله وقد يبدو أكثر عصبية وتوترا. كما يبدأ المراهق في هذه المرحلة باكتشاف نفسه جنسيا. وتزداد حاجته للخصوصية والانفراد بنفسه. وقد تبدو هذه المرحلة في غاية العشوائية بالنسبة للأهل ولكن عليهم التحلي بالصبر، والاصغاء الى احتياجات أطفالهم، ودعمهم لتطوير وتنمية شخصيتهم المستقلة والخاصة

تعتبر حاسة اللمس، عند كثير من الأشخاص المصابين بالتوحد ممن يستخدمون التواصل غير اللفظي أكثر الحواس فاعلية. ولذلك يمكن تعليمهم الحروف بتعويدهم على لمس الأحرف المصنوعة من البلاستيك

ب- المراهقة الوسطى

تمتد مرحلة المراهقة الوسطى بين عمر 15 و17 سنة تقريبا، أهم سمات هذه المرحلة شعور المراهق بالاستقلال وفرض شخصيته الخاصة، وبسبب حاجتهم

الماسة لاثبات أنفسهم، يصبح المراهقون أكثر تصادما ونزاعا ضمن العائلة، فيرفضون الانصياع لأفكار وقيم وقوانين الهل ويصرون على فعل ما يحلو لهم. ويجرب الكثير من المراهقون الأمور الممنوعة أو الغير محبذة عند الهل، كالتدخين وشرب الكحول والسهر خارج المنزل لساعات متأخرة، ومصادقة الأشخاص المشبوهين، كنوع من التحدي للأهل ولفرض رأتهم الخاص ويصبح المراهق أكثر مجازفة ومخاطرة، ويعتمد على الأصدقاء للحصول على النصيحة والدعم، وليس على الأهل، وعلى الأهل في هذه المرحلة اضهار تفهم شديد لأطفالهم لكي لا يخسروا ثقتهم، وبنفس الوقت يضعوا قوانين واضحة لتصرفاتهم وتعاملاتهم، مع الآخرين ومع العائلة وبما أن معظم التغييرات الجسدية قد حدثت في مرحلة المراهقة المبكرة، يصبح المراهق أقل اهتماما بمظهره الخارجي وأكثر اهتماما بجاذبيته للجنس الآخر. يستمر النمو الفكري للمراهق في هذه المرحلة، ويصبح اكثر قدرة على التفكير بشكل موضوعي والتخطيط للمستقبل، كما بإمكان المراهق أن يضع نفسه مكان الآخر، فيصبح لديه القدرة على أن يتعاطف مع الآخرين في هذه المرحلة.

ح- المراهقة المتأخرة

تمتد هذه المرحلة تقريبا بين أعمار 18 و21 سنة وفي مجتمعنا قد تمتد هذه المرحلة فترة أطول، نظرا لاعتماد الأولاد على الأهل في الشؤون المادية والدراسية الى ما بعد التخرج ومرحلة العمل أيضا يستطيع معظم الشباب في هذه المرحلة ان يعملوا بطريقة مستقلة، رغم انهماكهم بقضايا تتعلق برسم معالم هويتهم وشخصيتهم. ولأنهم يشعرون بثقة أكبر تجاه قراراتهم وشخصيتهم، يعود الكثير منهم لطلب النصيحة والارشاد من الأهل. ويأتي هذا التغيير في التصرف مفجأة سارة للأهل، إذ يعتقد الكثير منهم أن النزاع والصراع امر محتم، قد لا ينتهي أبدا. ويتنفس الأهل الصعداء، فبالرغم من أن الأولاد اكتسبوا شخصيات مستقلة خلال مراهقتهم، تبقى قيم وتربية الأهل واضحة وظاهرة في هذه الشخصيات الجديدة ان أحسن الأهل التصرف والتفهم لهذه المرحلة الحرجة في حياة أولادهم.

تشهد مرحلة المراهقة الطفرة في النمو العقلي، وأبرز جوانب النمو في هذه المرحلة ما يلي:

1- اطراد نمو الذكاء، في الوقت الذي اكتمل فيه نمو المخ العضوي، ويتوقف نمو الذكاء في المتوسط عند سن الثامنة عشرة، وتصبح الفروق بعد ذلك عائدة إلى الخبرة، فلو وجهت أسئلة للذكاء لا تعتمد على الخبرة لمجموعتين: الأولى في العشرين من العمر والثانية في الثلاثين فلن تجد فرقا

2- بروز القدرات الخاصة: ويقصد بها: النشاط العقلي المقتصر على مجال معين، وهي متعددة، ومن أبرزها: القدرة الرياضية التي تتعلق بالتعامل مع الأرقام والمعادلات ، والقدرة اللفظية، والقدرة المكانية التي تتعلق بالقدرة على التعامل مع المسافات والأحجام والاتجاهات، وتشمل التغير في القدرات الخاصة في مرحلة المراهقة ما يأتي:

- اتضاحها فهي ضئيلة في مرحلة الطفولة، وتتضح غالبا في الخامسة عشرة
- الثبات النسبي، فلو أجري قياس لها في الخامسة عشرة، ثم في الثامنة عشرة لكانت النتائج متقاربة
- اتضاح الفروق الفردية
- اتضاح الفروق بين الجنسين، فيتميز الرجال بالتفوق في القدرات الرياضية، والمكانية، والميكانيكية، والمنطقية الاستدلالية وتتفوق النساء في القدرات: اللغوية، وإدراك العلاقات الاجتماعية

3- تكون الاتجاهات وتبلورها، والاتجاه: موقف عقلي تجاه موضوع معين يجعله يسلك سلوكا واحدا في المواقف المتشابهة، ومن مخاطر الاتجاهات استمرارها غالبا وصعوبة تعديلها بعد سن المراهقة، وأن الشخص يبدأ يتعامل مع المواقف من خلال هذا الاتجاه، فالذي يتعارض معه يقوم بتأويله بما يتفق مع هذا الاتجاه. ومن الأمثلة على ذلك: أن يتكون لدى الشاب من خلال مواقف عديدة اتجاه سلبي لدى المتدينين وحين يقابل بعد ذلك أشخاصا متدينين يتسمون بحسن الخلق واللباقة فإنه سيفسر ذلك بأن هذه الأخلاق لأجل مصالح، أو أنها مجاملة... الخ.

غالبا ما يواجه الأطفال (الأسبرجر) المصابون بالمرض مشكلات مع النوم, بما في ذلك صعوبة في الخلود للنوم, كثرة الاستيقاظ الليلي, والاستيقاظ في وقت مبكر من صباح اليوم

4- يظهر التفكير المجرد لدى المراهق، وهذا من أبرز التغيرات العقلية، والمقصود بالتفكير المجرد: القدرة على القيام بالعمليات العقلية دون التقيد بالمحسوس، فالطفل لا يفهم إلا المحسوس، أو ما يقرب له بصورة المحسوس، فهو يفهم الحب على أنه تصرفات والده أو والدته تجاهه، أما المراهق فيفهم الحب على أنه أمر قلبي، يفرق بين حقيقة الحب ومظاهره. ومن مظاهر التغير في التفكير لدى المراهق :

- التفكير في أمور جديدة، لم يكن يفكر فيها من قبل، ومن هنا ينشأ التفكير في الكون والحياة والخلق
- إثارة أسئلة لم يكن يسألها من قبل
- المبالغة في تحليل المور، وقد يناقش كثيرا من المور التي كان يعدها مسلمات فيما مضى
- المقارنة بين الكائن والممكن، فهو يستطيع تصور واقع افضل من الواقع الذي يعيشه، وينتقد واقعه وتصرفات الكبار، أما في مرحلة الطفولة فقد كان يأخذ الأمور على أنها مسلمات
- استخدام الرموز للتعبير عن رموز أخرى فيستطيع أن يستخدم نظاما رمزيا من الدرجة الثانية، ولهذا فهو يستطيع تعلم الجبر، ويفهم التعبير المجازي والصور البلاغية.
- القدرة على افتراض الفروض لمشكلة معينة، واختبارها والاختيار بينها، وتؤدي قدرة المراهق على التفكير المجرد ونقص الخبرة لديه الى مشكلتين رئيسيتين، الأولى: المثالية في التفكير، والثانية: الحيرة بين البدائل

5- يصبح التعلم منطقيا لا آليا، ويبتعد عن طريق المحاولة والخطأ

6- تزداد القدرة على التذكر عند المراهق وتقوى حافظته، وثمة فرق بين الأطفال والمراخقين في الحفظ، فالأطفال يميلون البى التذكر الآلي، بخلاف المراهقين فهم ميلون الى تذكر الموضوعات التي حفظت بطريقة منطقية

7- تزداد القابلية على إدراك مفهوم الزمن، فيتوقع المستقبل ويخطط له.

1- ينمو الانتباه في مداه ومدته ومستواه، فيستطيع المراهق استيعاب مشكلات طويلة معقدة في سهولة ويسر، ويستطيع التركيز لزمن أطول من مرحلة الطفولة.

2- تزداد القدرة على التعميم وفهم التعميمات والفكار العامة، فهو يعمم فهما معينا من خلال حدث أو أحداث تمر عليه

3- يخرج من التفكير السلبي الى التفكير الايجابي فيبحث عن المسرؤولية، ويتساؤل عن نظرة الناس له، ويشعر بالهامشية حين يكون منبوذا، وبالقيمة حين يكون مسئولا

أما الفتيات الشابات فيشعرون بنواقص مظهرهن الخارجي بصورة . ونظرة الكثير منهن تجاه أنفسهن تكون شديدة الصرامة: " كيف يمكن لنفي الأفطس أن يعجب احدا؟ أما هذه الأسنان العوجاء، وهاتين الرجلين القصيرتين فكيف أن يلتفت أحد بنظره نحوي؟ وليس من النادر أن تصبح مثل هذه المشاعر سببا لتولد الخجل وعدم الثقة بالنفس لدى الشابات. وتكون مثل هذه الشابة عادة غير طليقة منغلقة على نفسها وتصعب عليها معاشرة الآخرين، وتفقد رباطة جأشها في حضرة الشبان، إذ تتصور نفسها " بطة بشعة" بالمقارنة مع زميلاتها الحسناوات، اللواتي يشعرن بالثقة التامة بالنفس. وبالطبع فهناك "نماذج" معاكسة تماما وعندما تكون الشابة واثقة بنفسها ومزهوة أكثر من اللازم، وتتوق بشكل صارخ لنيل إعجاب الآخرين . وترك انطباع مؤثر لديهم، وهنا تتجلى رغبتنا العارمة بأن تكون مركزا للاهتمام ومحطا للانظار. وبالتأكيد فإن هذا التطرف في السلوك هو أمر غير محبذ. وبالرغم من ذلك يتميز معظم الشبان والفتيات الشابات في هذه المرحلة من العمر بحساسيتهم الشديدة تجاه المظهر الخارجي، ويظهرون انتقادا مفرطا تجاه نواقصهم، ويبالغون في تقدير عيوبهم. ومن هنا تظهر رغبتهم الملحة بالتزين والتبهرج وإبراز محاسن الجسد وإخفاء الأشياء التي يعتبرونها عيوبا. ويظهر لذلك لديهم هذا الاهتمام الكبير بالثياب، رغبة كبيرة بارتداء الأزياء الحديثة، فنراها تلاحقنا بتوسل ورجاء لكي نشتري لها الثياب الجديدة، فهي تتصور أن الثياب وحدها يمكن أن تجعلها جذابة وتعطيها الثقة بالنفس وتجعلها في

كما يرتبط الأسبرجر بمستويات عالية من الـصعوبة في تحديد ووصف عواطف الشخص الداخلية. ومثلما هو الحال مع الأشكال الأخرى لاضطرابات طيف التوحد، فإن آباء الأطفال المصابين بالأسبرجر يعانون من مستويات عالية من الإجهاد

مستوى زميلاتها.... اللواتي يجتذبن الانتباه ويلفتن الأنظار ويثؤن الاعجاب. وتتوق الفتاة الشابة أن تكون شبيهة بالفتياة اللواتي يثؤن اعجاب الرجال، ربما أن القدوة التي يحتذين بها غالبا ما تكون مأخوذة بين بطلات الأفلام السينمائية التي تكون فيها ابطلة- تلك الحسناء التي يتصارع الجميع من أجل الفوز بحبها، والتي تتصرف بحرية في الاستجابة لمشاعر حبيبها، وترتدي الثياب الحديثة، وهي بالتأكيد تدخن اللفائف.

الذين لم يحصلوا على القدر الكافي من حنان الهل لجملة أسباب محددة، إما لجفاء الوالدين أو لا مبالاتهم وقسوتهم الزائدة عن الحد. وهنا يصبح الحنان الذي تزداد حدته بدافع الغريزة الجنسية شيئا شديد الجاذبية، ويصبح هذا المـــر واضـــحا إذا تذكرنا مدى أهمية حنان ورعاية الهل لطفلهم، وكيف يتعطش الطفل لمسة عطف واهتمام من قبل والديه ومن حوله

-في المخ تتطور اللوزة المسئولة عن الخوف و الاندفاع مبكـــرا عـــن الفـــص الأمامي المسئول عن التفكيرالمنطقي وحل المشاكل, لذلك تنطلق تصرفاتهم منهـــا عن الفص الأمامي ف: يندفعون, لايميزون مشاعر الاخر,يتعرضون للعـــراك و الحوادث والسلوك الخطير ولا يفكرون في نتائج تصرفاتهم.

المراهق يشعر أنه متردد وغير قادر علي اتخاذ القرار بسبب تأرجحه بين الطفولة والبلوغ ولا يعبرعن مشاعره.

-فى بعض الاحيان لديه شغف بالعلاقات ثم ينعزل ثم يرجع للشـــغف أو يتبنـــى افكار غريبة بسبب عدم الامان.

-يري أن أهله غير مثاليين و يتشبه بأخطائهم ويتحدث بوقاحة.

-يتعرض لضغوط حياتية مثل: واجبات واحباط مدرسي, التغير في جسمهم, عدم الثقة بالنفس, عديد من الاشياء يلزم فعلها, مشـــاكل مـــع الأصـــدقاء (المنافســـة) ,انفصال أو مشاكل الوالدين, الاحتياج المادي...

-يحتاج للاختلاء بنفسه ويميل للفوضي

بعض نقاط الخلاف بين الأبناء و الأباء من وجهة نظر الأبناء

-س: ما الذي فعله أبواك لك مؤخرا؟ ما أعظم شئ عمله لك والدك؟ تصرفت تصرف وصفه والدك بأنه ارعن؟هل تحديت والديك قبلا؟

شعرت بالاسي ناحيه والديك؟ ما هوالموضوع الذي لاتستطيع الحديث فيه مع والديك؟ التدخل في شئونك؟ الخوف الزائد؟ التذبذب في المعاملة؟ النقد؟ المقارنة؟ اللوم المستمر؟ القسوة؟ الحماية الزائدة؟

With a new school year starting, many parents find themselves gearing up for another round of bad attitudes and power struggles with their kids. Teens and pre-teens especially seem to have an “I don’t care,” or “Why bother?” attitude about school, homework and their other responsibilities, chores around the house. Do you find yourself asking your teen, “How will you ever make it in life if you don’t take these things seriously now?”

Any attempt parents made to talk with him about school is met with the “adults don’t know anything” attitude. “He has such a false sense of entitlement and a complete misunderstanding of reality. He has this idea that life is going to be so easy – no work, no schedules, no need to do anything he doesn’t want to. His attitude is: ‘Why should I? How can I change his attitude and make him see reality?”

Does any of this sound familiar?

The danger is that kids use that fantasy to justify their poor attitude around their responsibilities. When faced with their child’s entitlement, apathy, or lack of interest in work or school, parents get caught up in trying to make their children understand and accept the adult point of view. They try to get their kids to be “realistic” about their futures, and work hard so that they have the skills they need in life. I think parents also get frustrated at the lack of effort their kids show, and then worry about what kind of life their child is going to have if they don’t start taking life more seriously.

If you are in this kind of power struggle with your teen, you probably want him or her to listen to your speeches about the importance of hard work, and adopt a much better, more appreciative attitude. I have something to tell you: that is not going to happen. No matter how great, or how based in reality your argument is, you can’t force your child to think about the world the way that you do, and to adopt your experiences and your perspective. You can’t make them have a “better” attitude. Teens often have an apathetic or dismissive attitude about anything other than what they want to do. When you focus on trying to change your child’s attitude, you’re setting yourself up for frustration. "You can't feel your way to better behavior, but you can behave your way to better feelings." In order to feel effective and

معظم الطلاب المصابين بالأسبرجر أوالــتوحد عالي الذكاء يمتلكون قدرات رياضية متوسطة ونتائجهم في الرياضيات أقل قليلا من نتائج الطلبة الطبيعيين

empowered in your role as a parent, you need to learn to ignore the apathetic, all-knowing attitude and focus on your child's behavior. Let them know what is expected of them in your home, what your rules are, and what the consequence will be if they can't figure out a way to comply with those rules and expectations.

For example, if your middle school child says, "I hate English! Why should I do my homework—this is stupid!" You can say, "I know you think your English assignment is stupid. You don't have to like it, but you do need to finish it. You know the rules – no access to any electronics until your homework is completed. So how can you help yourself get it done?"

Don't make the mistake of trying to get your child to "want" to have good grades, or "want" to get a job. That's not likely to happen, either. You aren't going to transform your child's attitude about the world, or their place in it. Rather, it's your responsibility as a parent to help your child learn the skills they need to make their way in the world. Those skills are the same even if your child wants to do something you think is highly unlikely. You never know, maybe they will get a job as a video game tester, if that's what they really want! Just don't try to convince them that you are right and they are wrong. Don't try to get them to stop resisting and start being "realistic." Instead, focus on the behavior you would like to see change, and ignore the attitude. Focus on getting your teen to meet his responsibilities in the here and now—homework, chores, curfew. Once they leave your house, they are free to use the skills you've helped them learn—or not.

Remember, there's a pay-out for focusing on your kid's behavior and not his attitude: you'll be teaching them one of the greatest lessons of all—how to be accountable in the real world.

أنماط المراهقين:

1-نمط المساير للركب

2-المثالى الساخط على المعايير السائدة

3-الباحث عن اللذه

4-الجانح العدواني

5-الانسحابي

للتعامل مع المراهقين

- تعليمه الانضباط بوضع حدود ومعايير(تحديد المتوقع) وأسبابها باتفاق وتحديد العواقب (بداية ونهاية واضحة مع كتابة عقد) مع المتابعة بثبات

-تشجيعه بالتركيز علي إيجابياته, وتدريبه علي الاستقلالية, والاعتماد علي النفس والتفكير

-مشاركة ابنك في عمل ميزانية المنزل وإعداد الطعام والتسوق لتعلم المشاركة (حصة معتادة من العمل)

- ساعد ابنك علي تحمل المسئولية بعمل قائمة بالاعمال المنزليه ولصقها في حجرته

- لتعليم المسئوليه يجب تحديد هدف معين لحياة المراهقين

-علم ابنك الامتنان والشكر للاخر بأن تظهر الامتنان والشكر عندما يفعل شخص أوابنك شئ لك

- اننا كأباء يتعين علينا أن نضع حدودا لما نبذله لابنائنا ونتحدث معهم ونعمل تسوية عادله لكلينا

- تخل عن التحكم فيه واكسبه صديق (احترم أسلوبه في التفكير)

-افعل اشياء خاصة لابنك المراهق (فسحة- تسوق) حتي لو اعترض, اهتم بأكله,الرياضة, وجود أصدقاء له وتعليمه مهارات عملية

-أذا لم تحصل علي تقدير تعتقد انك تستحقه, عبر عن مشاعرك بالضبط : أحبطت عندما لم تقل كلمة ثناء واحدة)(

- مساعدة المراهقين علي عدم اللجوء للتسويف بأن نصبح نموذجا في التحضير للشئ قبل وقت طويل

- مساعدة المراهقين في تذكر المسئوليات (نسينا) بلصق قائمة علي الحائط ووضع(صح) علي الاعمال بعد تأديتها

- يحتاج المراهقون لان يستمع لهم اباؤهم اكثر من احتياجهم لعظات حول تحمل المسئولية. الحوار و التركيز علي سلوكياتهم الحسنة

Lecturing also prevents parents from learning about their kids and their lives, It can lead to assumptions and misconceptions. “Lecturing consists of too much talking, and not nearly enough listening.”

Plus, your kids already know what you’re going to say. “In all likelihood, they can recite it nearly verbatim, perhaps even mocking your gestures… They know how you feel.”

إن بعض الطلاب المصابين بالمرض يبدون مواهب فذة في الرياضيات, ولم يستطع الأسبرجر من أن يمنع بعض البالغين من تحقيق إنجازات كبرى مثل الفوز بجائزة نوبل

So if lecturing isn't helpful, then what is? have "two-sided, discussion-based relationships," and to be curious about getting to know each other. This leads to genuine respect and love

the communication strategies that do work and help you connect to your child:

1-Be brief.

"The most powerful device I encourage parents to use is to say 25 percent of the words you intend to say," That's because what parents say can become white noise to teens. However, being thoughtful increases the chances that you'll actually be heard.

2-Ask open-ended questions.

Instead of asking, "How was school today?" say, "Tell me about school today," . Another example is: "Show me how Twitter, or Facebook, or SnapChat, or whatever — works. What do you and your friends use it for?"

3-Minimize critical talks.

"Make sure that only a small amount of your conversation with your teen is about what he or she is doing wrong, or needs to change," Teens tend to be insecure – even if they're arrogant, he said. So it helps when they hear you say positive things about them, "coming from an authentic place in you."

4-Get to know your teen.

approaching your child with curiosity and openness, and asking them questions without having an agenda. Not sure where to start?

"[G]rab one of their earbuds and ask what they're listening to, and why. Watch her favorite show with her, or some YouTube videos." But be sure to avoid judging your teen and their preferences. Instead, focus on listening and learning.

5-Don't judge.

"Don't judge your child, or his friends or peers, in regard to their core essence, their character," Doing so creates a division between you and your child. They may assume "you just don't understand me or us." "It's OK to disapprove of actions, but not of people."

6-Know yourself.

"To parent a teen most effectively, you have to understand yourself, and your own family of origin really well,". For instance, if you're regularly getting angry, frustrated or disappointed with your child, delve deeper. "[A]sk yourself whether that emotion is derivative of your own baggage."

many dads tried to live vicariously through their sons. moms expected their daughters to make certain teams or lead certain clubs because they did the same (or didn't). parents competing with their own siblings to have the most accomplished kids for bragging rights with their parents.

All of this is patently unhealthy, as it serves your needs, not your child's. This is a tough type of self-analysis to perform, but it's really important for a clean communication through-line to your child."

7-Talk to your teen like you don't know them.

For instance, treat your teen like your neighbor or cousin's daughter, This helps you get out of a poor communication rut, Plus, you might even approach your teen more thoughtfully and with more kindness.

8-Play.

playing with your teen, which is something many parents stop doing once their child reaches adolescence. "Because we parents are fearful about our teens' futures, perhaps more image-driven, and judgmental, we don't laugh, share and play."

Of course, there will be plenty of days when you'll want to talk to your teen, but they won't. "This happens frequently with teens, and that's OK. Too many parents feel they have failed some test if their teen doesn't talk openly to them, and this is simply not true,".

Instead, the key is to make sure your child knows that you're available to talk when they're ready. This is very comforting to teens, even if they don't recognize it.

Again, the best way to connect to your teen is by being curious, open and available. "I know a lot of teenagers, and they're all amazing and insightful people. But you have to ask, listen and pay attention to get to know them."

–عند تأخرهم عن المنزل نعبر لهم عن احساسنا بالقلق ونقول لآنك علي قدر من المسئوليه فلن أعاقبك هذه المرة ولكن اذا تكرر..........

ليتعلموا تقبل القواعد و يفكروا قبل اي تصرف

– حاول ايجاد علاقة بين واجباته المدرسيه وأمنياته المستقبلية حتي لايهملها

–عندما ينشغل بأنشطه غير مفيده اشرح له الافضل ولكن اعلم انهم يحتاجون بعض الوقت ليفعلوا مايروق لهم

لتعليمهم مهارة اللعب
يجب أن تتوفر فيهم:
تقبل من يلعبون معه
ليشاركهم وليبدأ علاقة معهم وينتظر دوره فى اللعب
يتمتع باللعب ويريده
ويستطيع استخدام أجزاء اللعبه
يقلد حركات وأصوات اثناء اللعب
يختار بين اللعب
ويستطيع ان ينتقل من لعبة لآخرى

- لتحثوا أبناءكم علي التعبير عن مشاعرهم وعواطفهم تحدثوا اليهم كأشخاص ناضجين مثلكم وتحدثوا عما يضايقكم

-اطلب من ابنتك تمدك بمعلومات عن اهتماماتها الخاصة ورأيها في شئ ما حتي تعرف طريقة تفكيرها وستعلمها أن تطلب رأيك أيضا

-أصدقاء السوء: اسأل ابنك عن نوع الاصدقاء الذي يود أن يخرج أبناؤه معهم وعن الذين يمنع أبناءه من مخالطتهم

- اخبري ابنتك بطريقة توضيحية لاتبريرية بماهية الافكار التي جعلتك تصفعيها ثم اعتذري لها واحضنيها و قولي لها انك تحبيها

-علاقة عاطفية سيئة: نحدد وقتهم مع هذا الشخص ونتحدث اليهم و نحيطهم بتوقعات ايجابية ونشجعهم خاصة عند الاحباط

-لاتحرج ابنك أمام اصدقائه أو تستهزئ بارائه

- نطلب من المراهق أن يفكر في شئ يفعله والده ويضايقه ويقوم بصفقة تبادلية معه (يكف عن شئ إذا توقف والده عن شئ يزعجه)

قم بعمل قائمة بالاشياء التي تقوم بها و تزعج المراهق وقائمة بما يفعله المراهق وتزعجك وابدأ في المقايضه معه

-لمساعدة المراهق علي فهم سبب سرعة تذمرك وانتقادك المستمر اشرح له شعور الآب في الآربعين من عمره وحجم مسئولياته

-انها فكرة جيدة أن تسمح لطفلك بالاختيار بين ثوبين في سن الخامسة’وفي العاشرة يختار اللون والطراز معك, عند14 سنه يختار ملابسه بنفسه بدون تعليقات سلبية منك

-دع المراهق يلبس ما يريده مع أصدقائه ولكن يعدل ملابسه من اجلك عندما يكون معك

-عن طريق أشراك الابناء في مشاكلنا الخاصة يتمكنوا من فهمنا بطريقة افضل ويعلموا ان كل ما يؤرقنا ليس بالضرورة نتيجة خطئهم

-تحدث عن ميزاتهم وثقتك بأنهم سيحققون ما يتمنون في حياتهم واستحسنهم لزيادة ثقتهم بنفسهم ولوفي خطاب لهم

-النظر لما وراء السلوك ومحاولة فهم المقصود به بدلا من معالجة المشكلة فقط (قد يكون السلوك السلبي لجذب الانتباه)

-عندما يحاول ابنك اخبارك بشئ انصت باهتمام, لاتقاطع, لا تعنف,لا تعاقب, لا تظهر غضبك والق موعظتك بعد مرور يوم او اثنين و إلا سيلتزمون الصمت "سينصتون إليك لأنك أنصت إليهم اولا"

-يحب المراهقون معرفة الامور التي كانت تؤرق الآباء عندما كانوا مراهقين لزيادة الثقة

-هم يميلون للاختلاء بأنفسهم بضع ساعات كل يوم وفي احلام اليقظة والقراءة والتفكير أكثر من لقاء الاصدقاء

-قد يبدو عليهم اللامبالاة ولكنهم يشعرون ويتأثرون بما تقول لهم

من لم يتح لهم فى طفولتهم ان يكتسبوا ثقه فى افعالهم الشخصية وتحديد اختياراتهم واتخاذ قرارتهم ولم يستعملوا حرية الارادة، عند اتخاذ قرار يشعرون بالذنب اذا سمحوا لانفسهم بتحقيق رغباتهم وعندما يواجهون موقفا متأزما يدفعون عن أنفسهم القلق الناشئ عن ذلك الموقف باللجوء للوساوس والافعال القهرية (عدم القدرة على استخدام الارادة)

فيجب تشجيعهم على اتخاذ قرارات بأنفسهم وتهيئة مناخ لا تكون فيه نتائج قرارتهم موضعا للنقد.

أيضا:

1- لا تنتقد لبسه أو شكله فهو يستجيب لآصدقائه أكثر ودائما تقول له أنت المسئول وأنت المسيطر ولا تتشاجر معه .

2- نترك له الاختيار فى أموره الشخصية البسيطة ولكن يجب أن نضع قواعد بالنسبة للمخدرات مثلا, السهر خارج المنزل, السلوك الشاذ, الانترنت, الموبايل والأصدقاء .

3- استأذن أبناءك فى تفتيش حجرتهم أحيانا أو الكمبيوتر الشخصى فيجب فحص كل شئ يدخل المنزل .

استخدام لغة بسيطة ليفهمها) الذاتوي(وعدم استخدام كلمة لا تفعل بل نقل له الفعل المطلوب- ولصعوبة تعاملهم للمعلومه نحتاج للغه سهلة,محددة بلا حواشي, نتحدث ببطء, لانستخدم الرمز بل الكلمة بمعناها, نعطيهم وقت أطول

4- من سن 8 سنوات أكد على طفلك أهمية السماع الى اراء والديه حتى يخاف فى المستقبل من المخالفة.(الاقرب للمراهق الام عن الاب حيث أنها أكثر تفهما)

5- عدم اطلاق أسماء على الابن مثل كلمة فاشل .

6-اذا أردت أن تشجعه يجب أن يجد أسباب شخصيه تهمه لأداء المهام.

7-لا يوجد انسان مهمل في كل شي نستخدم مهارته في اللعب ليتحمس للمذاكرة, يتعلم التضحية الآن ليكسب في المستقبل.

8-عدم:

1. الإكثار من الوعظ
2. عصبية الأهل مع عدم التحكم في المشاعر
3. الحزن والكآبة لإشعار المراهق بالذنب
4. عدم التوافق بين الوالدين
5. استخفاف الأهل بالنظام والقواعد أمام المراهق
6. التهديد بالعنف الأسري معهم
7. معاملة الأبناء كأنهم عبيد.

Managing kids with mood swings and emotional outbursts -

هذه بعض النقاط التي يمكن للاباء استخدامها للتعامل مع التقلبات المزاجية ونوبات الغضب للابناء المراهقين وقبل سن المراهقة:

*حاول الاستماع الى طفلك لتكن صبور طويل البال دون غضب او جدال استمع اليه بهدوء مع الانتباه واليقظة الى كل كلمة يتفوه بها.....انك بهذه الطريقة تقوم بتدعيم ومساندة ابنك, كما ان هذه المناقشات حقيقة لها تأثير عميق في تصرفاته وفي بناء ثقته بنفسه

*حاول بناء صداقة مع ابنك, شاركه ضحكه ومزاحه.اقضي معه بعض الوقت ناقش معه مشاكلك شاهد معه فيلم ،اخرج معه للنزهة بشكل منتظم للعشاء او للتسوق هذا لا يخفف فقط من حدة مزاجه وكذلك يجعله واضحا صريحا معك ويزيد من ثقته بك وهو ما يجعلك انت الاخر سعيدا

*اعطي طفلك الحق ان يكون له خصوصياته, اسمح له باستخدام التليفزيون والانترنت ولكن كن متيقظا رقيبا على نشاطاته وتصرفاته ويفضل ان تكون هذه الرقابة دون ملاحظته, اسمح له بقضاء بعض الوقت مع اصدقائه والخروج معهم او تنظيم حفلات شاي بالمنزل ليجتمع معهم من وقت الى اخر.بهذه الطريقة يمكنك التعرف على شخصيات اصدقائه, اخلاقياتهم ومدى تأثيرهم عليه

*عندما يطلب طفلك شيئا مالايمكنك تحقيقه...اخبره بحزم انك لن تستطيع تحقيق مطلبه مع بيان الاسباب, ربما يظهر ابنك وقتها شئ من الغضب عندها يفضل تجاهل هذا السلوك وسؤاله ان يذهب الى غرفته.

عادة ما يتغلب الطفل على شعور الغضب ويأتي للاعتذار واذا لم يفعل فهذا هو الوقت المناسب للكلام معه بجدية وحسم.....حاول ان تسيطر على غضبك وان لا تنفعل فقط كن حازما موضحا امكانياتك شارحا اسبابك وحدودك بجدية

*حاول تجاهل نوبات الغضب عند الاطفال قدر المستطاع ....تجنب الانفعال او الغضب فقط كن حازما

*اذا قام الطفل بفعل ايجابي مثلا المساعدة في الاعمال المنزلية ....لا تنسى ان تبتسم له وانتبه اليه بشكل ايجابي مع اظهار تقديرك له وعشمه بالمكافأة........بهذا تكون قد قمت بتدعيم ايجابي لتصرفات مستحبة مرغوبة وحينها يكون طفلك اكثر رغبة في محاولته ارضائك فقط للحصول على الابتسامة التي شاهدها على وجهك

*تأكد من قيام ابنك بنشاط ما يوميا خارج المنزل ربما اللعب بالكرة ...بالدراجة... السباحة او المشي حول المنزل فان ذلك يحافظ له على رشاقته وياحبذا لو شاركته هذا المشي مما يؤدي الى التقارب بينكما

ان ممارسة الرياضة عامة مع دخول سن المراهقة يحافظ على الصحة والمزاج المبتهج ويقلل من حدوث التقلبات المزاجية

*يحدث لطفلك تغيرات جسمانية يوما بعد يوم وهذا يحتاج الى تغذية جيدة لهذا يجب التأكيد على إمداده بالعديد من العناصر الغذائية التي يحتاجها من فواكه ،خضراوات ،حبوب وكالسيوم..كما يجب التخلص من اي اطعمة سريعة لا تمد طفلك بهذ العناصر ...احرص ان يكون هناك عشاء مشترك بينكما اغلب ايام الاسبوع

لا تضربه (الطفل الذاتوي),عاقبه مثل اى طفل اخر بالبعد عنه وعدم النظر اليه أو العزل ولا تخاف من صراخه كن حازما صبورا

احيانا تكون التقلبات المزاجية نتيجة انخفاض مستوى السكر في الدم والوجبات السريعة. في الحقيقة هذه التقلبات المزاجية يمكن ان تكون اشارة لعدم حصول طفلك على احتياجاته من الغذاء الصحي كذلك تأكد انه يشرب قدرا كافيا من الماء يوميا

*الطفل يحتاج الى حوالي 9 ساعات نوم يوميا لكن الكثيرين لا يحصلون على القدر الكافي من النوم تأكد من انه يوجد فترة انتقاليه للاسترخاء بين انشغال الطفل وذهابه الى السرير, نظم له مواعيد النوم في الاجازات الاسبوعية

احرص ان يحصل ابنك على عدد ساعات كافية من النوم كل ليلة

*نظم جدولا لأعمال طفلك الروتينية وتأكد من تقسيم الوقت بين المذاكرة واللعب والراحة.

التعود على النظام سوف يجعل طفلك قادرا على تحيق التوازن في حياته و استخدامه للوقت

تتطور قدرة الأبناء علي اتخاذ القرارات فقط إذا سمح لهم بالتفاعل مع ابائهم

غالبا يدخن المراهق ل

يشعر بالتواصل مع آخر

التعبير عن الملل (لا يوجد لديه أى شئ ليعمله)

التجربة, اللعب

التنفيث عن مشاعر ملخبطة (مدخل الادمان) أو تحت ضغط عصبى (عديد من الاشياء يلزم فعلها)

فى المناسبات أو مع أصدقائه فقط, التعبير عن النفس بحرية

لتشجيعه اجتماعيا, ليشعر انه شخص آخر.

أهم أسباب الوقوع فريسة للإدمان:

عدم القدرة على التعامل مع الضغوط الحياتية اليومية

عدم الثقة بالنفس

عدم القدرة على مواجهة المشكلات

عدم توفر معنى أو هدف لحياة الفرد

عدم إشغال وقت الفراغ

الإحتياج العاطفى

الشعور بالوحدة والفراغ النفسى والقدرة المحدودة على إقامة علاقات إجتماعية

الهروب من الواقع وتجنب المواجهة

المعاناة من الإضطرابات النفسية (إكتئاب, قلق, رهاب اجتماعى, اضطراب نوم)

وجود تاريخ مرضي للإدمان في العائلة.

وعلى ذلك فالطريقة المثلى لمنعهم من إدمان الكحوليات أو المخدرات هو صدق الآباء مع أطفالهم، مسئوليتهم عن احتياجات ومشاعر وأفكار أبنائهم، احترامهم لأبنائهم وتنمية لدى الطفل الشعور بأهميته لعائلته ولوالديه.

وبوضوح فإن الوقت المناسب للتدخل في حل مشكلة الإدمان هوالتدخل مبكرًا في بداية حياة الطفل عن طريق:

تنمية الشعور بالأهمية وبقيمة الذات لدى الطفل.

شعوره دائمًا بالرضا عن نفسه وعن عائلته وعن مستقبله

وبالتالي لن يفعل أى شئ يؤذي به هذه النفس المهمة لديه.

ويمكن القول بأن معظم الذين يشربون الكحوليات غير سعداء وقليلاً ما يتوقفون ولكن كلما مر الوقت فهم يحتاجون ليشربوا الكثير و الكثير ولا يستطيعون أبدًا التوقف حتى مع كامل معرفتهم بأن الشرب يدمر الصحة

وكلما شرب الشخص الكثير كلما شعر بالغربة وفعل الأشياء الغريبة (الشاذة)

ولذلك لابد أن تدع أطفالك يعرفون مدى المشاكل التي قد تحدث عندما يشرب الإنسان ومدى المخاطر التي يتعرض لها المدمن أثناء القيادة أو المخاطر التي يُعرِّض لها الآخرين أثناء قيادة السيارة.

وبالرغم من أن هذا من الممكن أن يصيب الأطفال بشئ من الخوف إلا أنه يساعدهم على فهم العواقب الناتجة عن عدم القدرة على التحكم في غرائزهم.

ولا ننسى أن نذكر أن بعض الناس يشربون فقط في المناسبات أو نهايات الأيام الصعبة لإكساب الشخص الشعور بالإسترخاء والسعادة مؤكدين على أنه

اضطراب توافق الحواس sensory integration -disorder15 هوخطأفى طريقة استقبال أوالاستجابه للمؤثرات الحسية من الجهاز العصبى وإذا لم يتم معالجته يؤدى للقلق والاكتئاب,مشاكل سلوكية و اضطراب التوازن

ليس بالضرورة أن كل شخص مدمن للكحوليات هو سئ بطبعه .. ولكن الكثير منهم لديهم مشاكل محتاجين في ذلك من يفهمهم ويساعدهم على تخطي تلك العقبات.

و لابد لك كوالد (كأب) أن تعالج كل اسئلة طفلك بكل احترام متأكدًا بأنه قد أشبع فضوله

وبهذه الطريقة فأنت:

تساعده على فهم طبيعة و خطورة إدمان الكحوليات.

تعطيه معلومات كافية تساعده على تجنب الوقوع في هذه المشكلة لاحقًا.

وقد يرى البعض الآباء يسمحون لأبنائهم بشرب كأس من الشمبانيا، بيرة، خمـــر في بعض المناسبات مثل حفلات الخطوبة، الزفاف، وقد يتفاعل البعض بشئ من الصدمة و الذهول لمثل هذا الفعل وقد يبتسم الآخر.. وفي كلتا الحالتين فاهتمامك بهذه اللحظة التي يأخذ فيها الطفل هذا الكأس من الشمبانيا أو البيرة تُعطــــى هــذه الكأس قيمة أكبر من مجرد فضول لتذوق مثل هذا الطعم وهذا يزيد رغبة الطفل لخوض هذه التجربة مرة أخرى والبعض منهم يشرب لمجرد أن يقلـــد أو يشـــابه والده, وآخرون يستخدمون الشرب للتعبير عن استقلالهم.

البـــاب الســــادس : اضطرابــات طيــف التوحـــد

الفصـــــــل العاشــــــــــر:ابنـــــي لا يشعــــر بــــــي

جدول رقم (2) ملامح او معالم مؤشرات النمو النفسي العادي					
العمر	الوعي والتفكير	التواصل	النمو الحركي	النمو الاجتماعي	رعاية الذات
من الولادة الى الشهر الثالث من العمر	يستجيب للأصوات الجديدة يتابع حركات اليدين بعينيه ينظر الى الأشياء والناس	يهدل او يدندن ويصدر أصوات يبتسم عند سماع صوت الأم	يحرك يديه ورجليه يمسك أو يلتقط الأشياء يراقب حركة يديه	يستمتع بالملاطفة أو المداعبة والعناق يقيم توصل بصري قصير أثناء الرضاعة	يفتح فمه لزجاجة الرضاعة أو لصدر الم ويرضع
من الشهر الثالث الى الشهر السادس	يدرك أمه يصل إلى الأشياء	يدير رأسه نحو الأصوات والكلام يبدأ في المناغاة يقلد الأصوات ينوع البكاء	يرفع الرأس والصدر يطرق على الأشياء اثناء اللعب	يلاحظ الغرباء والأماكن الجديدة يعبر عن السعادة أو الضيق والاستياء يحب اللعب البدني	يأكل طعام الرضع بالملعقة يصل الى زجادة الارضاع ويمسكها
من الشهر السادس الى الشهر التاسع	يقلد الايساءات البسيطة يستجيب عند سماع اسمه	يصدر مقاطع صوتية لا معنى لها يستخدم الصوت لجذب الانتباه	يزحف يقف مستندا على الأشياء يصفق باليدين ينتقل الأشياء من يد الى الأخرى	يلعب لعبة الاختفاء والظهور يستمتع بالأطفال بالأطفال الآخرين يفهم العلامات أو القرائن الاجتماعية مثل الابتسام أو نغمة الصوت العنيفة	يمضغ الطعام يشرب من الكوب بمساعدة

من الشهر التاسع الى الشهر الثاني عشر	يلعب المباريات أو الألعاب البسيطة يتحرك ليصل الى الأشياء المرغوبة ينظر الى الصور في الكتب	يلوح بيديه مودعا يتوقف عندما يقال له (لا) يقلد الكلمات الجديدة	يمشي مستندا على الأثاث يعمل علامات بالقلم الرصاص أو الأقلام الملونة يفكر في الأشياء التي تختفي من أمامه	يضحك بصوت مسموع أثناء اللعب يظهر تفضيله لشيء على آهر يستجيب للتغير في مزاج الراشدين	يطعم ذاته بأصابعه يشرب من الكوب
من الشهر الثاني عشر الى الشهر الثامن عشر	يقلد الأصوات والايماءات غير المألوفة يشير الى الأشياء التي يرغبها أو يريدها	يبدأ في في استخدام الكلمات يتبع الأوامر البسيطة يهز رأسه دلالة على الرفض (قول لا)	يصعد السلم بمفرده يكوم القوالب	يكرر الأداء يضحك يعبر عن الانفعالات مثل الخوف أو الغضب يعيد تقبيل أو معانقة من يقبله أو يعانقه خاصة الأم والأب	يتحرك لتسهيل قيام أمه بوضع ملابسه عليه يبلغ والدته اذا بلل حفاضته (ملابسه الداخلية)
من الشهر الثامن عشر الى الشهر الرابع والعشرون	يحدد أجزاء جسده ينتبه الى الترانيم الايقاعية يشير الى الصور في الكتب ويعرف أسماء هذه الصور	يستخدم لكلمتين لوصف الأفعال يشير الى ذاته بالاسم	يقفز في المكان يدفع ويجذب الأشياء يقلب صفحات الكتاب صفحة بصفحة يستخدم أصابعه وابهامه	يبكي عندما يتركه والديه يسهل تعرضه للاحباط ينتبه الى الأطفال الآخرين	يفتح البواب بمفرده يخلع ملابسه بدون مساعدة يفتح أو يفض غلاف الأشياء
من الشهر الرابع والعشرون الى الشهر السادس والثلاثين	يطابق بين الأشكال والموضوعات يستمتع بالصور في الكتب يتعرف على ذاته في الرمرآة يعد لغاية عشرة	يشترك في الناشيد والغناء الايقاعي يستخدم عبارات مكونة من ثلاث كلمات يتبع او يطيع أمرين في نفس الوقت	يركل ويقذف الكرة يجري ويقفز يرسم خطوط مستقيمة يلضم الخرز	يتظاهر ويمارس اللعب الادعائي يتجنب المواقف الخطرة يبادر باللعب يحاول الالتزام بدوره	يطعم نفسه بالملعقة يستخدم المرحاض بدون مساعدة
مقتبس بتصرف من: Adapted from « Growth and Development Milestones, « Maryland Infants and Toddlers Program ; Baltimore ; MD ; 1995					

اضطرابات طيف التوحد

الأعراض في البداية لاضطرابات طيف التوحد تشمل:

تأخر مراحل النمو أو فقد مهارات اكتسبها من قبل:

-اللغوي: يتأخر فى الكلام -لايصدر أصوات عند سنه--لايقول كلمة عند 16 شهر--لا يقول جملة من كلمتين عند سنتين--لايجيد الكلام--لا يرد على سماع أسمه ولا يميز الناس -لا يفهم الكلام-لا يحاول التعرف علي ما حوله- لا يستطيع أن يحكي قصة خيالية- لايستخدم الخيال فى اللعب وتكرار اللعب بنفس اللعبة- لايلعب مع احد- يفضل التلفزيون عن اللعب الجماعى أو التخيلى- يكرر كلام الذى أمامه بدون فهم لمعناه حتى الاسئلة الموجهة له

-الاجتماعي: لا يشير باصبعه عند 1 سنه -لاينظر فى عين أحد أمامه- يبدو أنه يستجيب لاصوات الماكينات عن اصوات الناس-لا يستجيب لباقى الاصدقاء – لا يبتسم حتي 6 ش – لايشارك لعبه أو ينتظر دور-نشيط- نوبات عصبية شديدة للتعامل- يمل بسرعة-لايقلد حركات أمامه-لايحاول جذب انتباه الكبار--يفضل أن يكون وحيدا

-الحركي: حركات لا ارادية مثل الرعشة والتكرارات الحركية الغريبة مثل لوي اليدين أو خفقهما أوالنقر علي أي شئ -يتعلق بشئ واحد وأجزاء منه مثل المروحة أو العجل أولف الاشياء- ويلف- يرفض تغيير الروتين ولايتقبل التغير- تكرار طريقة اللعب – ينتبه لفترة قصيرة الي ما يعجبه وسريع التشتت

-الحسي: لديه حساسية زائدة أوأقل من أقرانه تجاه المؤثرات (الاصوات – الضوء-ملمس-طعم-روائح-الحركة) فيمشى على أطراف أصابعه- يخاف من اصوات معينه- يلبس نفس الملابس- يرفض تجربة طعام جديد- يرفض ملمس أشياء معينه-ينظر بجانب عينه- -عدم الخوف من الأشياء الخطرة كالنار والسيارات -الضحك من غير سبب -الصراخ الدائم من غير سبب -الحركة المستمرة من غير هدف -عدم التركيز بالنظر.

اضطرابات طيف التوحد نناقش منها متلازمة أسبرجر, الأسبرجر هو اضطراب تنموي متفشي يتميز بنمط من الأعراض بدلا من عرض واحد

ليس معنى أن معظم الذاتويين لا يتكلمون أنهم لايفهمون ولكن كيف يتفاهمون وما الذى يحاولون توصيله هو المشكلة

محدد,ويتميز بضعف نوعي و صعوبات كبيرة في التفاعل الاجتماعي مع الآخرين, من خلال أنماط محدودة مقيدة ومكررة ومقولبة من السلوك والأنشطة والرغبات. والمرض يختلف عن غيره من اضطرابات طيف التوحد من ناحية الحفاظ النسبي على استمرارية تطورالجوانب اللغوية والإدراكية لدى المريض, إن براعة المريض الجسدية واستخدامه للغة غير نمطية غالبا ما يذكران في التشخيص. بعض الأعراض الأخرى هي: الانشغال المكثف بموضوع واحد ضيق, الإسهاب من جانب واحد, والتصرف الأخرق جسديا. وهناك أسباب وراثية مرتبطة بمرض الأسبرجر

ماهى المشاكل التى يتعرض لها المصابون بمرض أسبرجر؟

إن مرض أسبرجر حالة يصعب تمييزها – هو مرض "لا مرئى" و نتيجة لذلك يسوء فهم الناس لهم فى بعض الأحيان, فى كثير من الأحيان يتم وصفه ب "الإعاقة الثلاثية" وهى مجموعة من ثلاثة مشاكل:

مشاكل فى العلاقات الإجتماعية

مشاكل فى الحديث مع الناس

مشاكل فى التخيل والرغبات والسلوك المتقيد والمتكرر

يمكن أن يشمل مرض أسبرجر الإهتمام بأشياء معينة والإنزعاج فى حالة تغير الروتين.

الصعوبات فى العلاقات الإجتماعية: 1-

(صعوبة العلاقات الإجتماعية والتعامل واللعب مع اخرين, تجنب النظر للناس أوالاشاره علي الأشياء لجذب الانتباه)

ليس لدى فكرة عن كيفية التنظيم"

"أجد صعوبة أكثر من الآخرين فى خلق صداقات"

"التردد على المناسبات و لقاء الناس لا يمكن تعلمه بطريقة طبيعية

"فى بعض الأحيان أقوم بسوء فهم الأوضاع و الإشارات"

"كأننى خلف جدار لامرئى"

"تعلمت كيفية تكوين العلاقات بين الناس من مشاهدة الأفلام

"لدى صعوبة فى فهم التلميحات الإجتماعية و صعوبة فى معرفة ما يجب علي عمله عند قيامى بخطأ ما"

"أشعر بإحباط لعدم مقدرتى على المشاركة"

"فى بعض الأوقات أجد صعوبة فى مواصلة المحادثة مع الآخرين".

التفاعل الاجتماعي

انواع التفاعل الاجتماعى لديهم مرتبة من الاعاقة البسيطة للاكثر:

1- رسمى: يلتزم بتعليمات التعامل حرفيا

2- منطلق: يكرر الاقتراب من الاخرين بدون ملاحظة رد فعلهم

3- سلبى: لا يبدأ التقارب لكنه يتقبله من الاخرين ويتعلم العديد من المهارات بدون ملل مثل القاء التحيه

4-منعزل: يتجنب الاصدقاء وقد يزيحهم من طريقه كأنهم أشياء.

ربما يكون نقص التعاطف مع الآخرين هو الجانب الأكثر اختلالا عند مريض الأسبرجرفيعاني من صعوبات في القيام بعناصر التفاعل الإجتماعي الأساسية, مما قد يؤدي إلى فشل في تكوين صداقات جديدة أو السعى للحصول على المتعة أو عمل إنجازات مع آخرين (على سبيل المثال يصعب عليه التعبير عن الأشياء التي يحبها للآخرين), كذلك فهو يعاني من نقص في تقديم المعاملة بالمثل اجتماعيا وعاطفيا, ويعاني من ضعف في السلوكيات اللالفظية مثل التواصل بالعين, التعبيرات عن طريق الوجه, أوضاع الجلوس والإيماءات.

وعلى عكس أولئك المصابين بمرض التوحد, لا ينسحب مرضى الأسبرجر من حول الآخرين, بل إنهم يقتربون من الآخرين, حتى ولو على نحو مرتبك وعلى سبيل المثال, فإن شخصا مصابا بالأسبرجر قد يشارك في خطاب من جانب واحد مع شخص آخر, ويبدأ في الحديث المطول عن موضوع مفضل, دون أن ينتبه إلى مشاعر المستمع أو إلى ردود فعله, مثل حاجة الآخر إلى الخصوصية أو إلى تعجله للرحيل من المكان.

هذا الارتباك الإجتماعي يطلق عليه اسم "نشط لكن غريب". هذا الفشل في الرد بشكل مناسب مع التفاعلات الإجتماعية, قد يظهر على أنه عدم احترام

علينا محاولة معرفة كيف يعبر الذاتوي عن حاجته لعمل شئ (المساعدة في الجلوس- جذب الانتباه- الحصول على الطعام- الغضب عند اخذ شئ منه) , لتحديد السلوك التواصلي للتركيز علي أن التصرفات الغير مقبولة (صراخ- أذى النفس- نوبات عصبية- عنف....) لها وظائف تواصلية هامه

لمشاعر الآخرين, ويمكن أن يفهمها الأخرون على أنه "تبلد شعور" من قبل الطفل.

وتتيح القدرة الإدراكية للأطفال المصابين بالأسبرجرأن يعبروا عن المعايير الإجتماعية في بيئة اختبارية, حيث يمكن أن يكونوا قادرين على توضيح فهمهم النظري لمشاعر الآخرين, وعلى الرغم من ذلك, فإنهم عادة ما يواجهون صعوبات في تطبيق تلك المعرفة أثناء مواقف الحياة الفعلية.

وقد يحلل ويستخلص الأشخاص المصابون بالمرض ملاحظاتهم حول التفاعل الإجتماعي إلى توجيهات سلوكية جامدة, ثم يقومون بتطبيق تلك "التوجيهات" بشكل مرتبك, وعلى سبيل المثال: إجبار الطفل على استخدام تواصل بصري, يؤدي إلى تصرفات قد تبدو جامدة أو ساذجة اجتماعيا.ويمكن أن تتحول الرغبة الطفولية في الرفقة, إلى شيء فاقد الإحساس, عبر مجموعة متعاقبة من اللقاءات الاجتماعية.

الصعوبة فى الحديث مع الناس 2-

مهارات التواصل غير اللفظي:

وهي مجموعة المهارات التي يستخدمها الطفل في التعبير عن احتياجاته ورغباتهدون استخدام اللغة، والمتمثلة في: الانتباه المشترك، والتواصل البصري، والتقليد، والاستماع والفهم، والاشارة الى ما هو مرغوب فيه، وفهم تعبيرات الوجه وتمييزها ونبرات الصوت الدالة عليها

"فى بعض الأحيان نكون بطيئين فى فهم ما يقوله الآخرون"

"من الممكن أن نجد صعوبة فى فهم عبارات مثل "لا يمكنه إضافة إثنين لإثنين معا"

"نميل إلى فهم الأشياء بطريقة حرفية"

"فى بعض الأحيان يمكننا التحدث عن شئ ما بلا توقف و عدم ملاحظة أن الشخص الآخر غير مبال"

"نجد صعوبة فى أخذ الأدوار للتحدث أو القيام بأشياء مشوقة"

" فى بعض الأوقات نجد صعوبة فى قول كلام مفهوم"

" إذا كنت مصاب بمرض أسبرجر يكون فهم حديث الناس كمحاولة فهم لغة أجنبية"

"فى بعض الأوقات يصعب علينا أو حتى يؤلمنا النظر فى أعين الآخرين و يمكن أن يسوء فهم الناس لنا ".

3- الصعوبة فى التخيل

"إن المجال الذى يصعب علينا جميعا هو تخيل ما يشعر به الآخرون"

عندما كنا صغاراً فى السن كنا نجد صعوبة فى بعض الأوقات فى المشاركة فى القصص الخيالية فى ساحة المدرسة أو فى النكت,هذا شئ قام البعض منا بتعلمه عند كبرهم فى السن"

" نجد صعوبة أن نحزر ما يفكر فيه الآخرون"

نجد صعوبة فى فهم المسرحيات و القصص"

إن الفروقات الدقيقة فى المشاعر و التعبير الوجهى هى أشياء صعبة الفهم علينا, إذا كان الشخص يبتسم إبتسامة عريضة فهذا شئ واضح و لكن التعابير الأقل وضوحا تكون أكثر صعوبة"

يجب أن نتذكرأن المصابين بمرض أسبرجر لا يجاهدون بمفردهم فى المخاطبة و فى العلاقات الإجتماعية بل يجد الجميع أن القيام بهذه الأشياء صعب لحد ما و فى حالات معينة, ولكن يميل المصابون بمرض أسبرجر أن يجدوا القيام بها أكثر صعوبة.

4- الإهتمامات الخاصة

"من المرجح أن تكون لدينا إهتمامات خاصة تتحكم فى حياتنا"

" أجد صعوبة فى ترك التفكير فيما يثير إهتمامى عندما أحتاج لذلك"

" فى بعض الأحيان يمكن تنمية الإهتمامات الخاصة لذا نقوم بتحليل أو دراسة أحسن إهتماماتنا"

"لا يبدى الآخرون دائما إهتماماً فى مشاركتى فى شغفى بالأعلام"

"إننى أستمتع حقا بقضاء وقتى للنظر فى أعمدة الكهرباء و كيف تم بناؤها".

5- الروتين

"من الممكن أن نجد صعوبة فى التأقلم على تغيير روتين الحياة أكثر من عامة الناس ويمكن أن يصبح الذهاب لقضاء عطلة أكثر صعوبة أو الحضور لعمل جديد فى الوقت المناسب."

لعلاج الانعزال وتعليمه المهارات الاجتماعية: الدخول فى عالم الطفل بعرقلة احد خطوات الروتين الخاص به أو احتضان الطفل لثوانى عند عودته للمدرسة قبل أن يسمح له باللعب – نسأل الطفل عن شئ ما يخص المدرسة

"إذا تم إخطارى مسبقآ فلا أجد مانعآ فى بعض التغيير و لكن يجب تخطيط ذلك مسبقا وألا أفاجأ بالأمر."

6- الرغبات والسلوك المتقيد والمتكرر

غالبا ما يبدي مرضى الأسبرجر سلوكيات, رغبات وأنشطة تتميز بالتقيد والتكرار, وأحيانا تكون تلك الأمور مكثفة أومركزة بشكل غير طبيعي.

وقد يستمرون في القيام بإجراءات معينة, يتحركون في أشكال مقولبة ومتكررة, أو قد يشغلوا أنفسهم مع أجزاء من بعض الأشياء.

ويعد السعي نحو مناطق معينة من الرغبات, هو واحد من أبرز سمات الأسبرجر, وقد يجمع الأشخاص المصابون بالمرض مجلدات من المعلومات التفصيلية عن موضوع واحد ضيق محدد, مثل "الديناصورات" بدون أن يكون لديهم فهم حقيقي حول الطبيعة الأشمل للموضوع.وعلى سبيل المثال, يمكن لطفل أن يختزن أرقام طرز كاميرات فوتوغرافية مختلفة في ذاكرته, دون أن يكون لديه أي اهتمام بالتصوير الفوتوغرافي. ويظهر هذا السلوك بشكل واضح عادة قبل سن المدرسة وعلى الرغم من أن أوجه الاهتمام هذه قد تتغير من وقت للآخر, فإنها غالبا ما تتطور لتصبح أكثر غرابة وأضيق أفقا من ذي قبل, وغالبا ما تهيمن على تفاعل الطفل الاجتماعي بدرجة كبيرة, لدرجة أن الأسرة بأكملها قد تصبح خارج دائرة اهتمامه.ولأن الموضوعات الضيقة غالبا ما تستحوذ على اهتمام الأطفال - بشكل عام-, فإن ذلك العرض يمكن ألا يلاحظ .

وتعتبر التصرفات النمطية والتكرارات الحركية جزئين أساسيين في تشخيص الأسبرجر والأنواع المختلفة من التوحد.تتضمن تلك الحركات بعض الحركات باليد مثل لوي اليدين أو خفقهما, بجانب حركات معقدة تشمل الجسم كله.وعادة ما تتكرر هذه الحركات في اندفاعات سريعة وتبدو أكثر عفوية منها كتشنجات, التي عادة ما تكون أسرع,بإيقاع وبتناظر أقل Symmetry.

7- النطق واللغة

وعلى الرغم من أن الأفراد المصابين بالأسبرجر يستطيعون اكتساب المهارت اللغوية بدون تأخير كبير وعادة لا يعيب كلامهم أي تشوهات, إلا أن اكتساب اللغة واستخدامها يكون "غير نمطي" في كثير من الأحيان.

وتشمل كلا من: الإسهاب, التحولات المفاجئة, التفسيرات الحرفية, عدم الشمولية (بشكل بسيط), استخدام المجازات فقط لمن يخاطبه, عجز عن إدراك المستمعين, تحذلق غير عادي, الكلام بشكل رسمي, شذوذ في مستوى الصوت والحدة والترنيم والإيقاع.

لذلك قد تجد الكلام سريعا على نحو غير عادي, أو متشنج أو يخرج بصوت عالي.وقد ينقل الكلام شعورا بالنفور, وغالبا ما يحتوي الكلام –ذو الطبيعة الحوارية– مواضيع تثير ضجر المستمع, مع فشل في خلق جو لسماع تعليقات المستمع–, أوفشل في التحكم بالأفكار الداخلية ومنعها من التحول إلى كلام مستمر.وقد يفشل الأفراد المصابون بالأسبرجر في تحديد إذا ما كان المستمع مهتم فعلا بالمحادثة ومشارك فيها.وقد يفشل المتكلم في توضيح هدفه من الحديث, وغالبا ما تفشل محاولات المستمع للتعليق على محتوى أومنطق الحديث, أوللتحول لموضوعات أخرى.

ويمكن ان يتمتع الأطفال المصابون بالأسبرجر بثروة لغوية معقدة على نحو غير عادي وفي سن مبكرة, وغالبا ما يطلق عليهم "الأساتذة صغيرو السن", لكنهم غالبا ما يجدوا صعوبة في فهم اللغة التصويرية, ويميلوا إلى استخدام اللغة الحرفية.وكذلك لديهم نقاط ضعف في مجالات اللغة غير اللفظية, تشمل هذه النقاط: الدعابة/الفكاهة, السخرية, وإثارة ضيق الغير.وعلى الرغم من أن غالبية الأفراد المصابون بالأسبرجر يستطيعون فهم مسألة "الفكاهة" إلا أنه ينقصهم فهم "مغزى" الفكاهة, مما يمنعهم من مشاركة الاستمتاع بها مع الآخرين.

لفهم مشاعر الذاتوي نربط المشاعر بأشياء يمكن أن يراها تعبيرات الوجه والجسد (الابتسامه معناها سعيد, التجهم معناها غاضب, الفم لأسفل يعنى حزين اليد على الوسط معناها غاضب,الرأسلاسفل ودموع فى العين يعنى حزين

8–اضطرابات القلق المصاحبه للتوحد

قد يكون لها اساس بيولوجى أو نتيجة للبيئة أو لقصور فهمهم للمواقف المختلفة. وهم غالبا ينتقدون انفسهم بقسوة فالتصرفات التكرارية والطقوس ونوبات العنف قد تكون نتيجة للقلق الذى يواجهونه فى يوم دراسى

والقلق يؤدى: لهلع, رهاب, وسواس, قلق عام, كرب ما بعد الصرمه

ويظهر بأن يقرص جلده أو يغير صوته بأن يهمس, تزيد الطقوس وتأثره بالمثيرات الخارجية من صوت أو ضوء– تغير روتين الحمام أوالاكل أو النوم , يتقمص دور اخر مثل حيوان, يصرخ اذا لمسه احد, ينعزل أكثر, يرفض ترك المنزل, شكوى من الام جسدية.

وقد ينجم القلق من انتهاكات محتملة لروتين وطقوس الحياة, بدءا من وضع المريض في موقف ما دون أن يتوقع ذلك أو دون جدول زمني واضح, أو من القلق أن يفشل في اللقاءات الاجتماعية؛ وقد يظهر ذلك القلق – الناتج– في صورة غفلة, انسحاب, اعتماد على الهواجس, نشاط زائد, أو سلوك عدواني أو سلوك معارض.وعادة ما يكون الاكتئاب ناجما عن الإحباط المزمن الناتج عن الفشل المتكرر في التواصل مع الآخرين اجتماعيا, وقد يؤدى إلى تطور اضطرابات المزاج التي تحتاج لعلاج.

9- أخرى

الجزء المعرفي*

قد تكون لدى الأشخاص الذين يعانون من الأسبرجر علامات أو أعراض قد تؤثر على الفرد أوعلى أسرته. تشمل تلك الأعراض: اختلافات في الإدراك ومشكلات مع المهارات الحركية والعواطف.

وغالبا ما يتمتع الأفراد المصابون بالأسبرجر بإدراك سمعي وبصري ممتازين.إدراك متميز للتغيرات البسيطة التي تحدث لأنماط مثل ترتيب بعض الأغراض, أو ترتيب صور معلومة جيدا لديهم, عادة ما يكون ذلك في نطاق محدد ويتضمن معالجة لأجزاء دقيقة للغاية.

وقد أخبر العديد ممن تعاملوا مع أفراد مصابين بالأسبرجر والتوحد عن مهارات حسية غير عادية, ومهارات إدراكية وخبرات غير عادية لدى هؤلاء الأفراد.

قد يكونون حساسين أو غير حساسين للصوت, الضوء, اللمس, الملمس, الطعم, الرائحة, الألم, درجة الحرارة, وغيرها من المحفزات, وقد يقومون بإبداء حسا متزامنا وقد يتأخر الأطفال المصابون بالأسبرجر في اكتساب المهارت الحركية التي تتطلب مهارة, مثل ركوب دراجة أو فتح برطمان, وقد تبدو حركتهم ذات شكل "أخرق" وقد يبدون كمن يشعر بأنه غير مرتاح داخل ملابسه.ويمكن أن يتصرفوا بطريقة ضعيفة تنظيميا, أو يقومون بالجلوس أو العدو بشكل غريب أو قلق الحركة, ويمكن أن يكون خط يدهم غير واضح, ويمكن أن يكون لديهم مشاكل في التكامل بين الحركة والرؤية.

وقد تظهر لهم مشاكل مع الإحساس بوضع الأجسام ، -كنوع من أنواع العمى الحركي, حيث يفقد المريض القدرة على القيام بحركات معقدة بشكل متناسق-, ومشاكل مع: التوازن, المشي جنبا إلى جنب, وتوجيه إصبع الإبهام.يركز على التفاصيل ولا يرى الصورة كاملة- لايميز المعلومات الهامه من غير الهامه- يتميزون فى الكمبيوتر والحساب والعلوم.

-**الشكل التعليمى لهم:** ومن بين أهم سمات الإعاقة التوحدية : *

1-ضعف قدرة التلميذ التوحدي على توظيف المعلومة واستخدامها في موقع أخر, لفشله في فهم الأحداث وربطها مع بعضها , وضعف قدرة التركيز والانتباه لديه , إضافة إلى تغير انتباهه بسرعة ويسر , وتوجهه إلى ما هو جديد ومثير

2-الإخفاق في التعامل مع الطلبات المركبة (توظيف الحواس السمعية والبصرية في آن واحد) لبطء تحول التركيز والانتباه بين القنوات البصرية والسمعية , مما يؤدي تحت ظرف معين إلى التردد والارتباك , ومن ثم الوصول إلى انعدام ردود الفعل , رغم الحساسية ألمفرطة في المجالات السمعية التي يستجيب لها

3-عدم تذكر التوحدي لما قام به من فعل, وما تلاه من نتائج يعيق استحضار الخبر وإعادة إنتاج المهمات والواجبات المنجزة سابقا

4-عدم إحساسه بالزمن فليس للتوحدي وضوح كاف بتعاقب الأوقات) , لذلك نراه دائم الانتظار , انتظار وقوع الحدث , وليس وقت وقوعه) , مما يؤدي إلى الارتباك في تنفيذ الواجبات في تسلسلها الزمني . ومع استطاعة التوحدي استلام المعلومات المكانية المرئية , ولكنه يخفق في إدراك ترابطاتها الزمنية , فيقوم بخزن كلي للمعلومات (كوحدة لا تنفصم) فلا يفلح في ألقيام بعملية فرز وتحليل للمعلومة بصورة منفردة . الأمر الذي يتسبب في اختلال الربط بين زمان الفعل ومكانه بين تاريخ الحدث وموقع حدوثه

لعلاج الانفلات الاجتماعى عند الذاتوي:
وضع قواعد مثل لا تقلع هدومك أو تلعب بأعضائك أمام الناس, لا تلمس الغرباء والا ستحرم من الالعاب.
ولأن الطفل الذاتوى متصلب التفكير فيجب أن توضع القواعد من صغره مع توضيح التصرفات المقبولة

5-صعوبة إدراك التوحدي لمفهوم المكان: فهو يفتقد إلى الإحساس بالاتجاهات, والى القدرة على الاستدلال إلى مواقع الأشياء مما يؤدي إلى فقدان الإحساس بالاتجاهات والاستدلال, وعدم التعرف على البيئة المحيطة به

6-اضطرابات ذاكرة التوحدي تؤدي إلى عدم تذكر المكان, فيقف عاجزا أمام إيجاد أجوبة ملائمة لأسئلة مثل (أين هو الان ؟ إلى أين يذهب ؟ إلى من يعود هذا الشيء ؟ أين تقيم ؟ أين يقع منزلك ؟

7-إخفاق التوحدي في اتخاذ قرار حول مسائل شتى, تتطلب منه اتخاذ مثل هذا القرار, يعود إلى عدم إدراكه لماهية هذه المسائل

صعوبة ثبات مجال الرؤيه,التركيز, فهم المعنى, تعميم المعلومة , تحليل ما يسمعه ويحسه, الترتيب

وقوة الذاكرة البعيدة لما يحبونه مثل الوان السيارات , المهارات البصرية وتقدير المسافات.

وقد يحتاج الأطفال المصابون إلى خدمات تعليمية خاصة, بسبب الصعوبات الاجتماعية والسلوكية التي يعانون منها, وبالرغم من ذلك فإن العديد من الأطفال المرضى يستطيعون حضور فصول التعليم العادية مع أقرانهم الطبيعيين.

يستجيب بعض الأطفال المصابين بالتوحد بشكل أفضل ويتحسن الكلام عندهم إذا تواصل المعلم معهم بينما هم يلعبون على أرجوحة أو كانوا ملفوفين في سجادة.. فالإحساس الناجم عن التأرجح أو الضغط الصادر من السجادة قد يساعد على تحسين الحديث. لكن يجب أن لا يُجبر الطفل على اللعب بالأرجوحة إلا إذا كان راغباً بذلك.

بعض الأطفال والكبار المصابين بالتوحد، ممن يستخدمون التواصل غير اللفظي، لا يستطيعون معالجة المعلومات الداخلة عن طريق الرؤية والسمع في نفس الوقت، ولذلك لا يستطيعون الرؤية والسمع في نفس الوقت، ولذلك يجب ألا يطلب منهم أن ينظروا وينصتوا في نفس الوقت

تعتبر حاسة اللمس، عند كثير من الأشخاص المصابين بالتوحد ممن يستخدمون التواصل غير اللفظي أكثر الحواس فاعلية. ولذلك يمكن تعليمهم

تعليم الطفل الذاتوي عدم الاعتماديه:
- ينزل لشراء البقالة ومعه الثمن بالضبط ثم يتعلم أن ينتظر الباقى بمصاحبة الوالد فىالآول لاختيار الصنف وشرائه ثم ينتظره الوالد أمام المحل ثم فى اخر الشارع ثم الطفل لوحده ومعه ورقة بالطلبات

الحروف بتعويدهم على لمس الأحرف المصنوعة من البلاستيك. كما يمكن أن يتعلموا جدولهم اليومي بلمس الأشياء الموجودة على الجدول قبل بضع دقائق من موعد النشاط. فمثلاً قبل 15 دقيقة من موعد الغداء قدم للشخص ملعقة ليمسكها.

في حال استخدام الحاسوب في التعليم، حاول وضع لوحة المفاتيح في أقرب مكان إلى الشاشة، حيث إن بعضهم قد لا يدرك أن عليه أن ينظر إلى الشاشة بعد الضغط على أحد المفاتيح

من السهل بالنسبة لبعض الأشخاص ممن يستخدمون التواصل غير اللفظي الربط بين الكلمات والصور إذا رأوا الكلمة مطبوعة تحت الصورة التي تمثلها. وقد يجد بعض الأشخاص صعوبة في فهم الرسومات، حيث يفضلون استخدام الأشياء الحقيقية والصور في البداية.

قد لا يدرك بعض الأشخاص المصابين بالتوحد أن الكلام يستخدم كوسيلة للتواصل. ولذلك فإن تعلم اللغة يجب أن يركز على تعزيز التواصل. فإذا طلب الطفل كوباً فأعطه كوباً، وإذا طلب طبقاً بينما هو يريد كوباً، أعطه طبقاً. حيث يحتاج الطفل أن يتعلم أنه حينما ينطق بكلامٍ ما، فإن ذلك يؤدي إلى حدوث شيء ما

وقد يظهر المراهقين المصابين بالمرض صعوبات في رعاية أنفسهم, ويظهرون صعوبات في الانخراط بعلاقات اجتماعية وورومانسية؛ وعلى الرغم من إمكاناتهم الإدراكية العالية, يبقى معظم الشباب المصابين بالمرض في المنزل, رغم أن بعضهم يقوم بالزواج وبالعمل بشكل مستقل.وأحيانا تشكل التجربة المختلفة التي يعيشها المراهقون المصابون جانبا مؤلما من حياتهم.

*وغالبا ما يواجه الأطفال المصابون بالمرض **مشكلات مع النوم**, بما في ذلك صعوبة في الخلود للنوم, كثرة الاستيقاظ الليلي, والاستيقاظ في وقت مبكر من صباح اليوم.

*كما يرتبط الأسبرجر بمستويات عالية من الــصعوبة في تحديد ووصف عواطف الشخص الداخلية. ومثلما هو الحال مع الأشكال الأخرى لاضطرابات طيف التوحد, فإن آباء الأطفال المصابين بالأسبرجر يعانون من مستويات عالية من الإجهاد.

هناك بعض الدلائل التي تشير إلى أن نحو 20% من الأطفال المصابين بالأسبرجر ينضجون وقد تخلصوا منه, وعند وصولهم مراحل البلوغ لا تنطبق عليهم معايير تشخيص المرض.وبالرغم من أن معظم الطلاب المصابين بالأسبرجرأوالـــتوحد عالي الذكاء يمتلكون قدرات رياضية متوسطة ونتائجهم في الرياضيات أقل قليلا من نتائج الطلبة الطبيعيين –الطلبة عاديوالذكاء–, فإن بعض الطلاب المصابين بالمرض يبدون مواهب فذة في الرياضيات, ولم يستطع الأسبرجر من أن يمنع بعض البالغين من تحقيق إنجازات كبرى مثل الفوز بجائزة نوبل.

التعامل مع السلوك المتكرر عند الذاتوي البداية المبكرة: التدريجية أفضل والقاعدة أن هذه التصرفات تكون تحت سيطرة الوالدين, أحيانا عدم التركيز وتجاهل التصرف يؤدى لاختفائه مع بعض الأطفال أما إذا كان عنيدا فيجب التدخل مبكرا بخطوات بسيطة مع مكافأة

-***طريقة اللعب** (مهارات اللعب من المهارات الأساسية التي يفتقر إليها الطفل التوحدي):

– اهتمام محدود مثل الانبهار بالسيارات أوالقطارات

تكرار اللف مثلا-

–الحساسية للملمس

–اللعب المتشابه بأن يلعبوا بنفس اللعب بنفس الطريقة

التعلق بفيلم معين وتكراره أو اللعب فقط بلعبة الارقام والحروف -

صعوبة التواصل لبطء الفهم واللغة-

– يفضل اللعب وحده وعدم المشاركة أوانتظار دوره فى اللعبه

–لا يستخدمون اللعب التخيلى ويقلدون ما يرونه فى برامج التليفزيون

أسباب اضطرابات اللعب عند الأطفال المصابين بالتوحد

- صعوبة في المراحل الأولى :

الصعوبة التي يواجهها الطفل المصاب بالتوحد، فلكي ينخرط الطفل باللعب الوظيفي والاجتماعي لابد أن يتخطى المراحل الأولى بدءاً من التحريك البسيط للأشياء إلى مراحل لعب أخرى فالأطفال المصابون بالتوحد لديهم صعوبة في هذين التصنيفين بسبب نقص الفضول والحاجة للاستكشاف وبدلاً من ذلك فهم ينخرطون في سلوكيات متكررة والتي تحوي إثارة للنفس أكثر مثل المص واللعق والحمل .

-الفرضيات المتعلقة بذلك :

1 ــ الفرضية المعرفية حيث تتعلق المشكلة الأساسية بالإدراك، والتي تعني أن هناك مشاكل وانحرافا ناتجا عن ضعف التفكير والقدرة على تشكيل وتحريك الرموز

2 ــ الفرضية الفطرية التي تعتمد على أن اللعب الملقن أفضل من اللعب التلقائي، وهذا يناقض النظرية المعرفية المتعلقة بالإدراك حيث تقترح أيضاً أن الطفل يستطيع أن يتخيل ولكن لا يقوم بذلك بتلقائية بسبب الفشل المتكرر

يعاني الأطفال المصابون بالتوحد من نقص في اللعب، فالتلقائي في المواقف الطبيعية التلقائية ليس بسبب عدم قدرتهم على اللعب وإنما صعوبة اللعب نفسه والمحاولات المتكررة الفاشلة مما سيؤدي بالضرورة إلى الإحباط وفقدان حافز اللعب.

العوامل التي تثبط اللعب عند الأطفال المصابين بالتوحد

ــ ضعف التواصل .

ــ صعوبة فهم مشاعر الآخرين .

ــ وجود الاهتمام غير الاعتيادي أو المحدود .

ــ عدم وجود علاقات صداقة .

لتعليمهم مهارة اللعب يجب أن تتوفر فيهم:-

1-تقبل من يلعبون معه ليشاركهم وليبدأ علاقة معهم وينتظر دوره فى اللعب

2-يتمتع باللعب ويريده ويستطيع استخدام أجزاء اللعبه

3-يقلد حركات وأصوات اثناء اللعب

4-يختار بين اللعب ويستطيع ان ينتقل من لعبة لآخرى.

الفصـــــــل الحـــــادي عشـــر: التعامـل مع الطفـل الذاتـوي في المنـــزل

أحيانا يستخدم الطفل المتوحد رفض الطعام كوسيلة لجذب الانتباه فيجب الحرص على عدم ذكر الأكل أمامه إلا في أضيق الحدود مع متابعة إضافة مكملات غذائيه لشرابه وتكون القاعدة أثناء ميعاد الاكل "كل أولا تأكل كما تريد" ويترك الاكل لفترة معينه ثم نبعد الاكل من أمامه سيبدأ الطفل فى الاكل بصورة غير منتظمة ويجب أن يكف الأهل عن القلق من هذه المشكلة

1- تدريبات الفهم

1- الطفل الذاتوي يكون في حجرة هادئه:

المكان الذى سيتعلم فيه بسيط لا يوجد فيه أشياء كثيرة تثير الانتباه (مثل لوحات على الجدار), والجدار قرمزى والسجاد100 % صوف حتى لا يشعر بالحساسيه, وبه مكان ليعلق ملابسه حتى يتعلم الطفل هذه المهاره- نبعد عن الالوان الاولية ثم ملاحظة سلوكه فى المكان(لمعرفة الموقف, الاضاءة, اللون الذي يقلل تركيزه وتعليمه). والمدرب في مواجهته علي ترابيزة بها صور ولعب ويسمي أحد الاشياء ويشجع الطفل علي ايجاد هذا الشئ وتوجيهه بكلمة لا في حالة الخطأ والاجابات الصحيحة يكافأ عليها حالا بحلوي ونزود كمية اللعب كل مرة وبالوقت يستطيع ليس فقط أن يلتقط كرة أو سيارة من الترابيزة بل الي معرفة كرة حمراء أو سيارة كبيرة وبالاستمرار يتكرر التدريب في المنزل.

استخدام أدوات: بخاخ صغير و قطعة قماش لينظف- الهون-ملعقة و صحنين لنقل الحبوب

ابريق صغير و صب الماء-ملقط الفحم و رص المكعبات- تجميع الخرز- لضم المكرونة-نقل الارز من وعاء لآخر

2-يجب أن يكون المدرب:

1-محدد ويكافئ كثيرا ويتبادل النظرة المباشرة ويقصرمدة النشاط

2-استخدام لغة بسيطة ليفهمها وعدم استخدام كلمة لا تفعل بل نقل له الفعل

المطلوب- ولصعوبة تعاملهم للمعلومه نحتاج للغه سهلة,محددة بلا حواشي, نتحدث ببطء, لانستخدم الرمز بل الكلمة بمعناها, نعطيهم وقت أطول

3-يبدأ مبكرا مع مشاركة الأسرة والتركيزعلي التفاهم والتواصل الاجتماعى

4-عمل روتين (موعد للعب, نوم, أكل, استحمام) وإعلامه بأى تغيير قبل حدوثه حتى نجنبه الصراخ أو ايذاء نفسه

5-الثبات وتكرارالنظام, مع مكافأة التصرف الجيد وتشرح له سبب المكافأة (لعبة أو أكل) (هذا الاستيكرلانك شاركت اخوك اللعب)

ولا تستخدم جمل طويلة أو تعليمات كثيرة

6-لا تضربه ,عاقبه مثل اى طفل اخربالبعد عنه وعدم النظر اليه أو العزل ولا تخاف من صراخه كن حازما صبورا

معرفه ما الذى يستجيب له الطفل ؟ التعامل الذى يحبه؟-7

8-عمل دوائر ملونه ليعبر بها عن مشاعره فمثلا الدائرة الزرقاء معناها تعبان, الحمراء غضبان والصفراء سعيد

فعندما يشعر بالغضب اجعله يشير للدائرة وبذلك يستخدم وسيلة تفاهم أخرى وحاول ابتكار وسائل مختلفة

9-استخدام وقت نومه كى تستريح حتى لاتكون محبطا مضغوطا أمامه وتهدأ ولا تستسلم.

10-يجب معرفة أن التقدم سيكون بطيئا ولكن ثابتا وذلك بالعمل على ناحية واحدة من المشكلة فى المرة وتقسيم المشكلة لخطوات صغيرة جدا تأخذ شهورا.

وأهم خطوة فى البرنامج هى الاستمرارية والثبات فالاستسلام مرة واحدة يزيد من عناد الطفل فى المرة التالية ومحاولة اشراك باقي العائلة للحفاظ على الثبات, وعادة القواعد بدون التفسير تنجح فى السنوات الاولى من عمر الطفل.

11- تحسين مهارات الاتصال ل***تحسين الفهم***:

التحدث مع عرض صور,استخدام أكثر من وسيلة معا

الجمع بين الكلام والصور, الاشارات,تعبيرات الوجه والجسم)

(غالبا يتعلمون باستخدام مؤثرات بصرية مثل الصور والالوان)

الأدوات البصرية هى:

(1) الحوار اللاكلامى مثل استخدام الجسد وتغيرات الوجه ونبرة الصوت, الاشارات–الابتسام – التجهم– الصراخ– الوقوف واليدين الى جانب الجذع

(2)أدوات من المحيط: مثل وجود غيوم سوداء دليل على العواصف– الاضاءه المتتابعة دليل مطافى أو اسعاف أو شرطه

(3)أدوات مخصوص مثل اللوحات, الصور المرتبه,النتيجه, الجداول مثل جدول المدرسة فيه عدد الحصص واسم المادة والمدرس, قائمة التسوق فى البداية سيستطيع أن يشترى شئ واحد فقط ثم يشترى كل ما فيها

(4)أدوات مجتمعيه : مواعيد القطار– اشارة المرور

طرق استخدام هذه الادوات

–عن طريق (نعلمه الشئ ثم نعطيه صورة له فيربط بين الصورة والشئ وبذلك يتعلم خطوات الحمام, الاكل,الروتين لاى فعل: وضع صور للملابس الموجودة داخل الدولاب على باب الدولاب– تحديد أماكن الاطباق على مفرش المائدة – ترتيب لبس الهدوم – صورلترتيب خطوات غسل الاسنان أوالوجه,عمل الشاى, روتين قبل النوم أو تغيير الروتين بصورأوكرتون متتابع وعند نهاية خطوة تشيل الصورة بتاعتها)

–صورة للقطة مثلا والاسم فيها حتى يفهم معنى كلمة قطة

–نضع أمامه كوب لبن وكوب عصير ونخيره ماذا يريد

نضع امامه مفتاح السياره قبل الرحيل

نضع امامه صابونه وملابس نظيفة قبل الاستحمام

عندما نريد أن نقول له اكتب الواجب كى تلعب بالكمبيوترنريه صورة ولد يكتب ثم سهم يشير لصورة كمبيوتر

ترتيب ما يفعله بعد رجوعه من المدرسة (صورة لطفل يغير ملابسه ثم صورة أكل ثم صورة كتاب وقلم للمذاكرة ثم صورة كمبيوتر للعب)

–قد نجمع مجموعة الصور للنشاط خارج المنزل بدبوس ليسهل حملها مع الطفل لاى مكان

للطفل الذى لاينام ليلا يتم تنبيه الطفل أن ميعاد النوم اقترب بمنبه واستخدام اشارة روتينية يوميا وهى كوب لبن دافئ وقصة أوفيلم كرتون وحمام دافئ ليعلم أنه وقت النوم الان وتكون حجرة النوم بها لعب أو ما يفضله الطفل وتظل الأم معه لفترة محددة فقط تحدد بمنبه ثم تخرج الأم وكل فترة تدخل حجرته للاطمئنان عليه

-لتعليم قواعد المدرسة بالصور(يجب أن يربط بين الصورة والواقع فى البداية ليستخدم الصور ونبدأ بالاسهل لنصل للصور الرمزية أوالمجردة حتى يتكلم):

صورة له يمشى للمدرسة ثم صورة للمدرسة تشير بالسكوت-

نسأل المدرسة أن نذهب للحمام عندما نريد- صورة له يرفع يده كى يتكلم فى الفصل)

مثال لغسيل اليد: صورة ليد تفتح حنفية ثم يد تحت الماء ثم يد تمسك الصابونه ثم يد تحت الماء ثم يد تغلق الحنفية ثم يد تمسح بالفوطة

مثال لتغيير الروتين: صورة الكتاب ثم صورة الطعام ثم صورة النادى عليها علامة (غلط) يليها صورة للتلفزيون عندما ننوى عدم الذهاب للنادى ذلك اليوم

استعراض مشاعر الاخر فى المواقف في صور(عندما يدق الجرس فى نهاية الفسحه المدرس يكون سعيد عندما يصطف الاطفال بهدوء ويتحركون للفصول. كثير من الاولاد يشعرون بالاثارة لان المدرسة ستحكى قصة فى الفصل.

المدرسة تكون سعيدة عندما يستمع الاطفال للقصة بهدوء ويبدو عليهم السعاده,لتأكيد المعنى: كل واحد ذهب لفصله فى صف بمجرد سماع الجرس).

-استخدم الساعة الرملية (معبأة برمل ملون أو سائل يتحرك من أعلى لآسفل) ليتحمل الطفل التأخير أواستخدام منبه ميقاتى يرن (عليه أن ينتظر الرنه أو وصول كل السائل للقاع بدلا من كلمه 5ق والبداية 30 ثانية فقط وتزيد للوصول الى أن ينتظر 30ق مرتين يوميا)

أومثلا علامة دايرة حمراء معناها ممنوع الكلام أوعلامة قف\استمر(استخدام صور ملونه مرتبة لمعرفة أين يجب أن يتواجد الطفل الآن وماذا يعمل)

يتكون نظام التواصل باستبدال الصور (PECS) من 6 مراحل متتابعة وهى

المرحلة الأولى:مرحلة التبادل The Physical Exchange

الهدف من هذه المرحلة ان يتعلم الطفل الطلب تلقائيا Spontaneous requesting وذلك من خلال استخدام شيء نضمن شدة تعلق الطفل به (شيبسى) مثلا. ونقوم بتدريب الطفل علي نزع الصورة الخاصة به ووضعها في يد

المدرب لاستبدالها بالشيء نفسه, وفي هذه المرحلة يتم مساعدة الطفل مساعدة جسمية للقيام بعملية الاستبدال مع مراعاة تقليل المساعدة تدريجيا حتى يستطيع الطفل الاعتماد علي نفسه اعتمادا كليا.

المرحلة الثانية: تنمية التلقائية Expanding Spontaneity

الهدف من هذه المرحلة تدريب الطفل علي ان يذهب إلى لوحة التواصل لسحب الصورة التي تماثل الشيء المرغوب ثم العودة إلى المدرب ليضع الصورة في يده.

المرحلة الثالثة: تمييز الصور Picture Discrimination

الهدف من هذه المرحلة أن يكون الطفل قادر على تمييز الصورة التي تماثل الشيء المرغوب من بين عدد من الصور المقدمة له على لوحة التواصل.

المرحلة الرابعة: تكوين الجمل Sentence Structure

الهدف من هذه المرحلة أن يكون الطفل قادر علي أن يطلب الأشياء الموجودة وغير الموجودة أمامه مستخدما كلمات متعددة.

المرحلة الخامسة: التفاعل عند سؤال "ماذا تريد؟" Responding to (What do you want

الهدف من هذه المرحلة أن يكون الطفل قادر علي أن يطلب كثير من الأشياء بصورة تلقائية وان يجيب علي التساؤل ماذا تريد ؟ مستخدما شريط الجملة الخاص به.

المرحلة السادسة: التجاوب والردود التلقائية Responsive and Spontaneous commenting

الهدف من هذه المرحلة أن يجيب الطفل علي ماذا تريد ؟ ماذا تري ؟ ماذا تملك ؟

what do you want ? What do you see? What do you have?

12-التعلم:

1 -أن نذكره بما ينساه دائما ونكافئه عندما يتذكر

2 - أن يقلد ما نفعله أمامه من خطوات لتنفيذ ما نريده

لتقليل عصبية الطفل الذاتوي عند تغيير الروتين يجب توقع قلقه والتحدث معه قبل التغيير بما هو مسموع وغير مسموع به بصورة تدريجيه وتعليمه اساليب استرخاء مثل أخذ نفس عميق عدة مرات لتقليل الضغط, أواساليب التشتيت مثل النظر لصورة لمنظر طبيعى أو صورة لأمه وتكون صغيرة ليستطيع حملها

3 –الصور المرتبة لأى فعل بخطواته الصغيرة والتجهيز لتقليل هذه اللوحات الارشادية عندما يبدأ الطفل فى العمل بتلقائية أكثر.

4–للانتباه:نقوم بلصق اكثر من لون من ورق القص و اللزق علي ورق الكرتون المقوي

نرسم العديد من الاشكال و نقصها

نقوم بتغليفها تغليف حراري و نقصها لنحصل علي أشكال مختلفة الالوان

علي اللوح البلاستيكي نرسم وتد و قاعدة له باستخدام ورق القص و اللزق (نرسم وتدين متجاورين)

تقوم الام بتنفيذ شكل علي احد الاوتاد و تجعل الطفل يقلدها علي الوتد الاخر.

13- التدريب على الحمام:

إذا كان لدى طفلك مشاكل حركية فقد تكون لديه صعوبة في الجلوس على المرحاض والتحكم في البول والغائط,

إذا كان لديه نقص في الأحاسيس, قد لا يحس بأنه يتبول

إذا كان لديه زيادة في الأحاسيس وقد يؤدي خروج البول والبراز إلى تهيج وتخيله أن جزءاً من جسمه قد خرج منه

بعض الأطفال لا يحس بالارتياح للحمام بعد أن تعود على ملمس ورطوبة ودفء الحفّاض, بعض الأطفال يخاف دخول الحمام أو استخدام الماء ، أو الخوف من السقوط في المرحاض

التدريب على دخول الحمام هي الخطوة الأولى قبل التدريب على التبول.

نبدأ تدريبه على الحمام عندما:

يكون ناشف لمدة ساعتين- عملية الاخراج بانتظام- يراقب أفراد العائلة عندما يذهبون للحمام- يستطيع أن يخلع ويلبس بنطلونه – عندما يحدد أن البامبرز مبلل ويطلب تغييره- يريد الجلوس على البوت ويرفض لبس البامبرز.

فى يوم ساخن نجعله يتحرك عاريا وعندما يتبول سيشعر باحساس لا يحسه فى وجود البامبرز ويحاول وقف خط البول

ثم نعوده على البوت أو الحمام ليرتاح فيه ومكافأته (وضع صور لكل خطوه).

اجعل الحمام هو المكان الوحيد لتغيير الحفّاض ، ليتعود على أنه مكان التبول والتبرز, تغيير الحفّاض عند ابتلاله ، مهما كان عدد المرات لكي لا يتعود على الرطوبة والدفء والبلل

أخذ الطفل للحمام بعد كل وجبة رئيسية وبانتظام كخطوة رئيسية للتعود

إذا رفض الجلوس على المرحاض، فلا تجبريه

بعد أن يتعود على الحمام بعد كل وجبة سنقوم بالطلب من الطفل خلع الحفّاض

إذا كان لا يستطيع خلع الحفّاض فيجب مساعدته ، ثم الطلب منه التبول في المرحاض، ويمكن المساعدة بإعطائه الماء ، فتح صنبور المياه ، الصوت الناعم والمناغاة والغناء، وقد يحتاج إلى وجود لعبته معه ، والتجربة والتكرار سوف تكشف الطريقة الأفضل للتدريب.

جعل جلوس الطفل على المرحاض مريحاً ومرغوباً وذلك باستخدام مرحاض الأطفال، ويستحسن استخدام صندوق لرفع القدمين واستخدامه عند الضغط عليها.

الإحساس بالأمان وعدم الخوف من السقوط في المرحاض مهم جداً

أستخدم وقت التدريب لبناء الإحساس بالأمان والمشاركة في عملية التبول والتبرز ، وكلما أحس الطفل بتقاربك معه فسوف يدفعه ذلك إلى محاولة إرضائك وتلبية رغباتك ، ومن ثم النجاح في التدريب

- يمكن عمل تمثيلية أبطالها الدمى للوصول إلى حل لمشكلة ما ، وإذا لم يكن الطفل قادراً على الكلام فيجب الاعتماد على الإشارة في اللعب

(أشرطة الفيديو والصّور التي تشرح عملية التبول والتبرز قد تكون الوسيلة التعليمية وإيصال المعلومة للطفل)

يمكن اللعب مع الدمى بطريقة مدروسة ، وجعل الدمى تتكلم ليقوم الطفل بالتعبير عن مخاوفه، كما يمكن خلال اللعب إيقافه حيث تطلب الدمية الذهاب إلى الحمام لوجود الرغبة في التبول ، وكجزء من اللعب يمكن استخدام الحفّاضات للدمى وتغييرها للوصول إلى هدف معين

للتعامل مع اضطرابات القلق المصاحبه للتوحد :الروتين والتجهيز لاى تغيير- استخدام الوسائل البصرية ليفهم -ساعده على الاسترخاء- تحديد مستوى فهمه فقد يكون أقل من مستوى سنه فلا نطلب منه اكثر من قدرته على الفهم

اجعل الطفل يقود عملية اللعب

عندما يخرج الطفل مشاعره من خلال الدمية وحديثها ، فقم بإظهار عواطفك نحو أحاسيس ورغبات الدمية وطفلك وأنك تساندهم ، وعندما يقوم طفلك لاحقاً بالجلوس على المرحاض فأظهر عواطفك نحوه وانك تقدر شعوره ومخاوفه وإن ما يعمله صعب وقاس ،و أظهر تقديرك لما يعمله من مجهود ونجاح

14-ولمعرفه وجه الملابس يتم تعليق بادج أوعلامه ملونه فى الناحيه الداخليه الاماميه ليراها وللاحذية نلون اليمين وخط عند الاصبع الكبير فى كل فردة

اضطراب توافق الحواس15sensory integration disorder-

هوخطأ فى طريقة استقبال أوالاستجابه للمؤثرات الحسية من الجهاز العصبى وإذا لم يتم معالجته يؤدى للقلق والاكتئاب,مشاكل سلوكية و

اضطراب التوازن (حيث انه لا يستطيع أن يرى ويسمع فى نفس الوقت بدون تدريب)

- أيضا ضعف العضلات يؤدى لصعوبة جلوسهم علي كرسى أو الوقوف فى طابور بينما يسهل عليهم الجرى لأن حركة العضلة مع الجاذبية, وعدم نظرهم لما أمامهم يؤدى لتخبطهم فى الاشياء ولايميزون اليمين من اليسار من جسمهم وضعف اليد فلا يقدرون على الكتابة أواستخدام المقص أو طى ورقة

من الانشطة التى تستخدم لتكامل حواسه:

1-أن يحرك ذراعيه فى الهواء (حركة فى المحيط) يتحرك مع موسيقى (صوت)-يلعب بصندوق فيه بقوليات(لمس)- يمسك كره تتحرك(تناسق عينيه مع يده)- يزحف فى مكان ضيق(لمس وحركة فى المحيط)-يتوازن على الكرسى الهزاز-يلبس بدلة ثقيلة وكولة ليشعر بجسمه

وبمرور الوقت تقل حساسيته لللمس والصوت والضوء العالى, ولكن نلاحظ إذا استخدم الطفل أسلوب من أساليبه للتهدئه معناها أنه غير مرتاح فنتوقف

ونحافظ على تهدئتهم من النوبات وحفظ التوازن مع تنبيههم للمذاكرة:

1"-أنشطة للتهدئة (اذا كان يلف باستمرار ويقلب نفسه على الارض) الضغط عليه ببطانية ويجلس على شنطه فيها فول أويعصر علبة فيها صمغ- البعد عن الضوضاء في جانب من المنزل ضعيف الاضاءة- كرة الضغط معه يضغط عليها

2-أنشطة للانتباه(اذا كان سرحانا)

أضاءة قوية, هواء بارد,القفز, الجرى, يحرك ذراعه فى الهواء , يرقص على موسيقى عالية, لمسه بدرجه بسيطه"

2-استخدام أكياس رمل على ايده ورجله وهو يلعب ليحس بهم, يستخدم قلم يرن, والمكان فيه مرتبة ليعلم المسافه بينه وبين ما حوله- أن يقفز وينط على جبل من المخدات يجعل احساسه باللمس أفضل(لانه يترجم اللمس انه تهديد فيخاف)

-يجدون تجربة المشى حفاه على الاعشاب مؤلمة لان مخهم يترجم المؤثر انه خطر وعندما يرفعون قدمهم عن الارض يشعرون انهم سيقعون

طرق علاجه:المؤثرات الحسيه مثل القفز قبل الخروج من المنزل- غسل الاسنان بفرشاه كهربيه- أكل مقرمشات- شرب كميات من المياه, التغذيه الجيده (التغذية:زيت الزيتون, المكسرات والبروتين بأحماضه الامينية, تقليل السكر لان زيادته قد تؤدى للتخمر فى المعدة التى تمنع نمو الفص الامامى المسئول عن التكامل الحسى فى المخ).

3- لبس سماعات ومعه كرة ضغط ليضغط عليها عندما يحلق شعره.

4-ينام تحت بطانية ثقيلة فالضغط يهديه وفى وجود مروحة تصدر صوت خفيف فيمنع سماعه لضوضاء خارجية

5 -يمكن أن يحاول التقاط كرة بينما يلف

6-البداية أن نزود المؤثرات الحسيه حوله ثم نساعده على ترجمتها مثل: أى خط أطول, أى قطعه أنسب فى البازل

ونبدأ بأن نجعله يقفز ليتنبه للدرس (ينقى اللعب الحمراء فى الصندوق الاحمر,الزرقاء فى الصندوق الازرق, يحاول الكتابة على السطر- يجد المتشابهات باستخدام حاسة اللمس)

عندما يحرك الطفل رأسه فى حالة اللف أو الجرى فانه يثير حاسه التوازن فى الاذن الداخلية ولكنه لا يدوخ, أما القفز فيثير العضلات والمفاصل بالضغط عليهم.

التصرفات الصعبة للذاتوي (العنف البدنى, أذى الجسم, أكل اشياء لا تؤكل, تكسير الاشياء, عدم سماع الكلام, نوبات العصبية) ناتجة أساسا عن عدم فهمهم لما حولهم أو طريقة للتعبير عما يريدونه أو عدم قدرتهم على انتظار ما يريدونه

لتحسين الاكل:- 7

(يرفض لمس فمه- لايتحمل الشوربة لآن لا سمك لها ويرفض كثير من الأطعمه)

من الممكن استخدام فوطه ثقيلة والضغط بها على وجهه ومساج المنطقة حول الفم أعلى وأسفل ليقل إحساسه بها- المص بعصا يزود قوة العضلة ويقلل اللعاب- استخدام معلقه بلاستك واستخدام فرشاه كهرباء

ولتقليل احساس الفم اكثر يستخدم نفخ الفقاعات وعمل اصوات بشفتيه واللعب بألة نفخ أو يصفر.

العلاج الحسى هو

استثارة كل الحواس الخاصة للطفل وتكاملها معاً فى بيئة تتسم بتعدد مثيراتها

فى غرف مصممة بشكل خاص لتحفيز الحواس جميعها، وهي تحتوي على كم كبير من الأدوات والأجهزة والألعاب التي تعمل على إثارة عدد من الحواس في الوقت نفسه مثل المقاعد المصنوعة من مواد وأقمشة خاصة تساعد على الاسترخاء وكذلك أنابيب البلاستيك المملوءة بفقاعات الهواء الملونة بألوان زاهية وأسلاك ألياف ضوئية مضاءة بألوان شديدة التنوع لتحفيز حاسة البصر

وتحتوي كذلك على أدوات خاصة تعمل على إخراج البخار والروائح الجميلة والعطورالمتنوعة التي تساعد على الاسترخاء وتحفيز حاسة الشم وكذلك أدوات تقوم بتسليط الضوء على السقف والجدران بألوان خاصة وبإيقاع حركي خاص وبتأثيرات ضوئية متنوعة إلى حد كبير لتحفيز حاسة البصر. إضافة إلى ذلك هناك ألعاب وأجهزة تصدر أصوات خاصة أو موسيقى متنوعة عند تحريكها أو الضغط عليها أو المشي فوقها وذلك لتحفيز حاسة السمع وهناك كذلك مواد مختلفة من ناحية الملمس ودرجات الحرارة لإثارة حاسة اللمس وتحتوي بعض الغرف كذلك على مواد ونكهات لتحفيز حاسة الذوق. والأرضية في هذه الغرف تكون مصممة بشكل خاص لتطوير القدرة على التوازن. ونجد في بعض الغرف أجهزة خاصة تخرج أصواتا بناء على حركة اليد أو الجسم في المكان والأصوات الخارجة تكون متناسقة مع الحركة من ناحية العلو والإيقاع وبذلك فهي تحفز الحركة.

تدريبات لعلاج الخلل فى حاسة التوازن سواء كان تفاعل زيادة او اقل1

- الهز فوق كرسى هزاز- لعبة هيلا هوبا- الدخول فى نفق قماش
- الأرجحة فى المراجيح- التزحلق
- تسلق درجات سلم صغير مثل السلم الخاص بالتزحلق
- القفز على مرتبة- وضع خشبة التوازن على الارض ويمشى عليها بالعرض- اضع الطفل فى كرتونة واشدها وهو واقف
- يقف الطفل على طرف السجادة واشدها من الطرف الآخر
- المشى عبر حواجز على الأرض
- نضع وسائد بعدد كبيرعلى بعد صغير من بعضها على الأرض ونغطيها بملاية واجعل الطفل يمشى فوقها
- المشى عبر حواجز على الأرض- يخطى كراسى
- يمشى على خط مستقيم مرسوم على الأرض- يقف على قدم واحدة
- يقفز برجليه الاثنين- يقفز من على كرسى
- يقفز على قدم واحدة 5مرات متتالية- الحبو على الرجلين والقدمين

2-تدريبات لعلاج الخلل السمعى بتفاعل زياده

- نسمع الطفل موسيقى أنشودة- أغانى فى الظلام (مرتين فى اليوم)
- حدوته بمثيرات صوتية فى الظلام- أصوات أشياء وأدوات فى الظلام
- تحديد مصدر الصوت- يميز بين الصوت وفترات الهدوء
- يميز الأصوات المختلفة- يميز الفروق البسيطة بين الأصوات
- تتبع الأصوات المتتالية
- نطلب من الطفل وضع يده علي أذنه و نقول له كلمة ما بحيث لا يستطيع سماعها، و ستكون أمر بسيط لينفذه و بعد عدة محاولا نطلب منة رفع يده عن أذنه و نعيد علية الأمر و من الضروري أن يري الطفل أثناء وضع يديه علي أذنه أن هناك شئ ما لم يسمعه و مع تكرار التدريب سيعي الطفل بعد ذلك رفع يديه ليسمع
- لمفهوم الصوت العالي و المنخفض: يكون ذلك عن طريق أي مثير سمعي(كاسيت أو كمبيوتر) و علي حسب ما شعر بة نربط هذا الشعور بالكلمة المناسبة

مفاتيح تعليم اللعب للأطفال المصابين بالتوحد:
ــ التنظيم: حيث يساعد الطفل على فهم تسلسل المهارات والأنشطة والأفكار التي تساعد في تحقيق الأهداف

- لمفهوم الصوت البعيد و القريب يمكن تشغيل أي صوت من مكان أخر غير الغرفة المتواجد فيها و سؤاله (فين الصوت؟ و هنا السؤال يمكن أن يكون علي حسب ما تم تشغيله ممكن أن نسأله فين الأغنية- فين صوت العربية.....) و هنا ستكن أجابته (الغرفة- صوت....) و هنا نبدأ باستخدام كلمة هناك و هنا و مع تكرار التدريب و إدراكه للمكان نستخدم بعيد و قريب.

- تدريب سمعي يمكن تنفيذه مع الطفل – أذا توافرت شرائط عليها أصوات حيوانات- طيور- وسائل مواصلات- كلمات.... فمثلا يسمع صوت قطة- نسأله بعدها (سمعت إيه) و هكذا.........

-حاسة الشم:

عن طريق تجربته لعدة أشياء ذات رائحة جيدة و أخري لها رائحة كريهة- و ربط حاسة الشم بالأنف

3=تدريبات لعلاج الخلل الحسى لحاسة البصر بتفاعل زيادة

اولاً : المتابعة البصرية

- ليزر فى الظلام- عربية بريموت- ساعة رملية- فقاعات

- عربية أو كور او بلى تتدحرج من على سطح مائل

ثانياً: للتواصل البصرى

- ارتداء ماسكات اللعب مع الطفل
- ارتداء نظارات ملفتة امام الطفل
- وضع جليتر حول العين ونطلب من الطفل ازالته
- وضع قص ولصق حول العين ونطلب من الطفل نزعه
- الغناء للطفل مع لفت انتباهه بحركات الوجه
- النظر للطفل من خلال منظار
- وضع مكياج حول العين ونطلب من الطفل ان يزيله

ثالثاً : النظر الى الأشياء

- طباعة- سيارة ونلون عجلها- استيكارات داخل دوائر- ينقط بقطارة على ورقة- لم فول او خرز ووضعه فى زجاجة

– التنقيط بالشمعة على شريط ورق فى الظلام– ينقط بألوان مية على ورقة ثم ينفخها– خرز ونلمه بصلصال– كتاب به صور (موسيقى)
عمل مراكب ورق ونعومها فى الماء– تصويب مكعبات
– اضع امام الطفل 3 صور امسك واحدة فى ايدى واطلب منه ان يشير الى التى مثلها

رابعاً :المقارنة البصرية او التدقيق البصرى

– التطابق– تلوين حسب نمط معين– فرز على حسب (اللون – الشكل – الحجم)

1– يجلس الطفل مع المدرب و يسأله المدرب (فين التفاحة– شايفها؟) و يبدأ المدرب بتحريك رأسه كأنة يبحث عنها ليحفز الطفل علي تقليده– بعد ذلك يخرج المدرب التفاحة و يسأل الطفل (شايف التفاحة؟) الطفل ليس مجبر علي الإجابة في البداية يكفي إدراكه لوجود الشئ و عدم وجودة أمام عينية. و تتكرر هذه الطريقة علي عدة غرف و عناصر ثم بعد ذلك المطلوب منة الرد بنعم و لا.

2– يمكن أيضا استخدام طريقه (ربط العين)لنربط عنده الرؤية بالعين و يس فقط بعدم وجود الشئ في محيطه.

3– تدريب اخر يمكن أن يتم مع الطفل بوضع مجموعة من العناصر أمامه و سؤاله أنت شايف أية و يبدأ بتسمية العناصر (الإشارة عليها أن لم تتواجد اللغة).

4– ممكن تدربيه علي تسمية أشياء رآها ثم بعد ذلك يضع يديه علي عينية و يعيد ذكر أسماء تلك العناصر و للطفل الذي لا يتكلم يمكن أثناء وضع يده علي عينيه أن نزيد من عدد العناصر و بعد ذلك نطلب منه أن يجد العناصر التي رآها قبل أن يغلق عينية

5– يمكن أن يري صورة و يصف عناصرها – ثم نخبئ الصورة و نسأله شفت أية؟ و يبدأ بالوصف مرة أخري

يجب دائما استخدام كلمة شفت و أن يصل المفهوم إدراكيا للطفل قبل التلقين

بعد ذلك ندربه علي ربط الحواس بأجزاء الجسم المرتبطة بها و ندخلها في أنشطة عقلية:

الشعور بالمتعة: فلابد من وجود المتعة في اللعب الأطفال المصابون بالتوحد قد يحبون برامج معينة لأن شخوصها ممتعة مثل عالم سمسم، بارني

أدراك العلاقات إما بجمع الصور أو بالتوصيل

عمل دوائر حول العناصر التي تتفق مثلا مع اللسان، أي حاسة التذوق تلوين جزء الجسم المناسب مع العنصر و أن يكون أمامه اختيارات:

و هنا لا تكون أجزاء الجسم ملونة و هو علية تلوين الجزء المناسب مع الكاسيت.

لصق العناصر المناسبة للجزء الجسمي أو العكس بلصق الجزء الجسمي المناسب للعنصر

4=تدريبات للخلل الحسى فى الاحساس بالتذوق

- حاسة التذوق: بالتطبيق العملي و علي أن يتذوق المالح و السكر، الساخن و البارد

لف شاش حول الاصبع وعمل تدليك بالشاش للثة من الداخل والخارج

غسيل الأسنان كثيراً بمعجون واذا أكل المعجون نستخدم الماء الساقع ونمرر الفرشاة على اللسان

اذاكان زائد ومقتصر على صنفين او اكثر

نقوم بعمل نفس التدريبات السابقة

بالأضافة الى ان نرغم الطفل على ان يتذوق اطعمة كتيرة

اذا كان اقل ويأكل اشياء غير صالحة للاكل

نقوم بعمل نفس التدريبات السابقة

بالأضافة الى ان يميز بين الأشياء التى تؤكل والتى لاتؤكل

شغل الفم بإستمرار (حمص مطحون – بنبونى مطحون – طحينة)

5–تدريبات للخلل الحسى فى اللمس

تدريب اللوشن–تدريب اللوفة–اللعب بالعجين–التلوين بالوان المياه باليد كلها

اللعب برغوة الصابون–وضع اشياء بملمس مختلف فى صندوق واطلب من الطفل ان يفرغه ويعيده–نضع الطفل فى حمام كور

وضع الطفل فى حفرة رمل ونغطيه–اللعب بالرمل المبلل

فى حالة اذا كان الطفل يخاف من الحلاقة او قص الاظافر نعالج ذلك بالتعرض التدريجى

- حاسة اللمس و ربطها بكل من : بارد و ساخن، خشن و ناعم- لمفهوم بارد و سخن مثلا نأتي بعدة عناصر مثل ماء بارد و ماء ساخن، شاي بارد و شاي ساخن، شوربة باردة و شوربة ساخنة، أي كل عنصر نأتي به مرة ساخن و مرة بارد و الهدف هو التعميم و النشاط يكون عن طريق اللمس المباشر من قبل الطفل للطبق أو الكوب و نربط ما شعر به بالكلمة المناسبة – نفس التطبيق علي مفهوم ناعم و خشن حيث نأتي بعدة عناصر مثل أقمشة ناعمة و خشنة، ورق، صنفرة، و يتم النشاط دائما عن طريق اللمس و التجربة و ربط الملمس بالكلمة

6- تدريبات للخلل الحسى فى الاحساس بحركة الجسم

تدريب العد من ا الى 12 على الجسم=تدريب الضغط على المفاصل

الكورة=تدريبات التنظيم

لعبة السندوتش وهى ان نضع الطفل بين مخدتين ونقوم بالضغط مرة قوية ومرة ضعيفة

2-تدريبات اللغة التعبيرية

في مكان هادئ الطفل مع المدرب فقط يقول آه ويعيد الطفل وراءه ويكافأ بحلوي علي المحاولة الصحيحة ونكمل باقي الحروف بنفس الطريقة ثم نربط الصوت مع شئ مثل ف -آ نشجعه لمعرفة فار ونزود حتى يعرف أسماء كثيرة.

الالتزام بتعديل الاخطاء اللغوية أثناء الكلام مبكرا فعندما يتحدث عن نفسه يقول أنا وليس أنت

يتعلم استخدام سؤال (أين وكيف)," أنا أريد مع الحلوى تؤدى منك لاستجابه سريعه عن استخدام الأشاره فقط".

عند طلب شئ منه نقول له اسأل ماما عايزه شاى وتعالى رد على وينضم للحوار على السفره وتجهيز الأكل والتسوق.

لتعليمه التواصل :

تشجيعه على استخدام يده على الصورأو ترتيب الكروت لما سيفعله أو استخدام يده لعمل علامة معينه لكوب أو لعبه وعندما يعملها يحصل على ما يريده ليكررها وكافئه بالتصفيق

وعندما يقول كلمه نبدأ نشجعه على النطق وعندما يشير لشئ ننطق أسمه ونجعله يكرره ونتوقف عن استخدام الصور والعلامات

استخدم المهارات الخاصة :

عندما يكون الطفل ماهرا فى نطق أسماء السيارات مثلا نعلمه أن يدخل الاسم فى جملة (سيارة كبيرة حمراء) ويبدأ فى القراءة تدريجيا من كروت مكتوب عليها هذه الجمل تكون مطبوعة فى البداية ثم مكتوبه بخط اليد .

ليس معنى أن معظم الذاتويين لا يتكلمون أنهم لايفهمون ولكن كيف يتفاهمون وما الذى يحاولون توصيله هو المشكلة

فالطفل الذى يشد شعر زميله يحاول أن يقول شئ ما مثل انه زهقان أو متوترأوقلق أومريض أومتألم أوأنه لا يحب هذا الطفل أو صعوبة موقف أمامه أو أنه انضرب أو لخبطه في روتين الصباح قبل الذهاب للمدرسة لتعارك الابوين مثلا.

علينا محاولة معرفة كيف يعبر عن حاجته لعمل شئ (المساعدة في الجلوس- جذب الانتباه- الحصول على الطعام- الغضب عند اخذ شئ منه) , لتحديد السلوك التواصلي للتركيز علي أن التصرفات الغير مقبولة (صراخ- أذى النفس- نوبات عصبية-عنف....) لها وظائف تواصلية هامه

وأثناء المقابله نشرح موقف يبعث على التواصل ورد فعل الطفل عليه مثل: ماذا يفعل أو يقول طفلك عندما تعطى انتباهك لطفل آخر(جذب الانتباه, الروتين اليومي والطلب هم حوالى ثلثى أسباب التواصل اللازم معرفتها لتعليمه سلوك أفضل) فمثلا الطفل الذي يعض نفسه أو الاخرين عندما يتضايق (باستخدام أسلوب التواصل المستخدم وفائدته) وجد أن التصرف يحدث عندما يجلس بجوار طفل ضوضائى أوعند اعطائه مهمه جديدة أو صعبة عليه فبمراعاة مكانه في الفصل أو المنزل يتم حل المشكلة الاولى وللثانية يتم أدخال المهام الجديدة ببطء وعند احساسه بالضيق يتعلم أن يدق بيده على الترابيزة بدلا من العض.

وتذكر دائما أن السلوك وسيلة تواصل- ساند الكلام بصور قدر المستطاع- عمل روتين- اعط المعلومات تدريجيا- اعط الطفل وقت ليفهم ما تقوله- قل له عما يفعله وليس ما لا يفعله- التعليمات قصيرة وبسيطة.

لا تمنع الطفل عن اللف أو حركه يديه التى يستخدمها لتهدئة نفسه أو للتخلص من القلق فمع السن يتخلص من هذه التصرفات

اذا كانت لديه حساسية للاصوات العالية نحافظ على بيئة هادئة

واذا كان ضعيف الاحساس بالمؤثرات الخارجية نزود الاثاره

لتدريس المكون اللغوي

1تدريبات لجذب الانتباه

بقول وكتابة 50 اسما عندما يرى الطفل صورة او اشياء لتكوين الاسماء وربط المعاني بالاسماء- بتعليم الافعال والارقام والالوان- وعملية الجمع-لتعليم الجمل البسيطة

:انا ارى .... هذا.................................. انا اريد

............................ويتم تعليم الاسئلة فورا بعد تعليم كل جملة ويتم تقديم ضمير الملكية (لي) وحروف الجر والضمائر

القفز / الوثب / لمس اصابع القدمين) /حركات الرجلين والاذرع (الرمي / المسك التقليد

التعاون / احترام الطابور/ الاستئذان (أنشطة ذهنية

خلف تنمية المفاهيم المكانية (فوق / تحت / يمين / شمال / امام

تنمية مفاهيم الالوان والاشكال والاحجام ومهارات التصنيف والتساسل

التدريب المتكرر لتثبيت المهارات عند الطفال التوحدي

جدول يومي روتيني يومي مع هؤلاء الاطفال

اثارة الدافعية

استخدام اساليب التعزيز المناسبة

تمارين الأتصال 2

1- الاستجابه لصوت اسمه- نبدأ في زيادة فترة التواصل و ذلك من خلال اعطاؤه امر ما بعد النداء علية (مثال: النداء- النظر في العين- هات الكورة ويمكن وضع الكورة في بداية التدريب أمامة لتجنب التشتت في البداية ثم علي مراحل يمكن وضع الشئ في عدة اتجاهات مختلفة في الغرفة- فاذا لاحظ مثلا ان

الكرة لسيت في المحيط المتواجد فيه فلن يتحرك و هنا تقوم الام بتكرار الامر " هات الكرة" و ان تتحرك امامة و هو يتابعها و يتحرك معها

2- توظيف الأوامر -لا نلقي الأمر بدون النداء عليه و ادراكة لما هو مطلوب منة

و الاوامر هي: تعالي- هات- شيل أفتح- أقفل- ضع- أنزل- أطلع- خد- تطبق هذه الأوامر علي العاب ثم تعمم في حياته اليومية.

3- يقوم المدرب بالتواجد مع الطفل في احدي الغرف و يبدأن بالتعرف علي عناصر معينة ثم يقوم بأخفائها أي و ضعها في أدراج أو دواليب و ذلك أمام الطفل ففي البداية يجب أن يراقب ما يحدث ثم يسأل المدرب " هات كذا" و هنا الطفل علي الاتجاه ناحية الدرج أو الدولاب و أخراج الشئ المطلوب و أعطاؤه للمدرب،

- و يمكن تنفيذ هذا التدريب بصورة أخري و هي تدريبة علي أن يشاور علي الأشياء و الأماكن و تنفيذ نفس خطوات التدريب و لكن بسؤالة " فين كذا؟" و عليه الأشارة بيده

4- أحضار عنصر من داخل شئ مثال علي ذلك و ضع تفاحة داخل شنطة ، فرد الفعل الاول هو أحضار الشنطة - استخدام أسلوب "و" مثال هات كذا و كذا

5- الحلقة الجماعية:

الهدف من هذا التدريب أن يتواجد الطفل داخل مجموعة و تقوم تلك المجموعة بمناقشة موضوع معين، التعرف علي الخضراوات، الفواكه، الحيوانات،.....و ذلك من خلال إدخال مهارة التواصل مع أكثر من شخص، و احترام و انتظار الدور.

بعض التمارين التي يمكن عملها أثناء الحلقة:

· الاستماع للمدرب أثناء عرضه لمعلومة بسيطة.

. كل طفل يكون أمامه صورة و يعرضها (كل طفل بدوره) يطلب المدرب صورة العربية- و الطفل الذي أمامه العربية يعرضها أمام المجموعة

· ينادي المدرب علي أسم أحد من الأطفال و الطفل المطلوب يقول أسم الصورة التي معه

تمرير طبق علي كل طفل و يضع فيها المكعب الذي أمامه و يمرر الطفل الطبق للتالي و هكذا.

كل طفل أمامه نصف صورة، و تحت إشراف المدرب يتوافق كل طفلين يستكملان الصورة الكاملة.

التحدث في موضوع لغوي بسيط من اختيار المدرب

6- نضع الطفل في وضع الجلوس مع فتح رجليه

- نضع بين رجليه مثلا كره، علي يمينة عربية، علي شماله حذاء و خلفه وردة

- نمسك يده اليمين و نطلب منه أحضار العنصر الموجود علي يمينه الهدف هنا هو تنميه الادراك و حل المشكلات لديه، فالرد الطبيعي هنا هو تحريك اليد الشمال لأحضار العنصر المطلوب من علي اليمين،

7- اللعب التخيلي

مكن البدء مع الطفل باللعب التخيلي البسيط و ذلك من خلال تقمص أصوات حيوانات، أو مثلا وضع قناع لقطه و يتحرك مثلها، ....

بعد ذلك و مع تقدم مستوي الاستجابة يمكن احضار مثلا طبق و نتخيل انها قبعه، و هكذا .

8- هناك تمرين مهم و يساعد كثيرا في جذب انتباه الطفل:

·أحضار كيس غير شفاف أسود مثلا

· وضع 3 أو 4 عناصر يعرفها الطفل، مثلا معلقة- عربية- تفاحة- و سمكة داخل الكيس

· يضع الطفل يدية داخل الكيس و يكون في مواجهه المدرب و يطلب منه المدرب احضار العربيه، و هنا الطفل سيربط بين الذاكره البصرية و أستخدام حاسة أخري و هي حاسه اللمس في التعرف علي الأشياء

· و عندما يجد الشئ المطلوب يخرجة و نتظر الطلب الثاني

9- علي المدرب اعطاء العديد من المفاهيم المعرفية الموجودة في بيئة الطفل:

- الفاكهة- الخضروات: يتعرف علي شكل العنصر علي الطبيعة- غسلها- يضعها أو يخرجها من الثلاجة أو المكان المخصص لها- تقطيعها- شراؤها- يميزها في الصور- تعميم شكلها- يشاور عليها- يسميها- يصنف- يختار- يلونه-يرسمه- يقصه- يمشي علي خطوط ليكون شكله.

وسائل المواصلات- الحيوانات:

- أدوات المائدة- الملابس- أدوات النظافة:
- الحرف- الأرقام: التعرف- التسمية- التعرف علي حرف داخل كلمة- ربط عدد بمدلول.
- أجزاء الجسم

10- أشتراكه في ألعاب رياضيه جماعية (ذلك يتوقف علي مستوي تقدم الحاله) مثل كره القدم، كرة اليد، كرة السلة- النشاط الرياضي مهم جدا لتفريغ الطاقة و تعديل سلوكة و كذلك التواصل مع الاخرين و انتظار الدور و الالتزام بالقواعد.

11- تطبيق الاتجاهات المكانية مثل فوق و تحت، جوه و بره، هنا و هناك و ذلك باستخدام جسمه هو بمعني فوق يطلع فوق كرسي مثلا، بره فيخرج من الغرفة و ذلك ليكون عنده أحساس بالمكان و وضعه من المكان المتواجد فيه

12- التدريب علي السلام علي الأشخاص الذين يأتون للمنزل، الرد علي التليفون

كذلك الخروج و الاختلاط مع العالم الخارجي ، لأنه يكتسب العديد من الخبرات الخارجية، و يظهر الطفل سلوكيات سلبية يمكن أن نراها و نحاول تصليحها فيما بعد. فلا يمكن رؤية أي سلوك سلبي اذا لم نحاول في البداية أن نضع الطفل في الخبرات داخل المنزل و خارجة التي تظهر هذة السلوكيات.

أحد أطفال التوحد قام في أحدي المرات بأحضار زجاجة بلاستيك لها فتحة كبيرة، و بحث عن فواكه من البلاستيك في صندوق لعبة و وضعها بداخلة و أخذ

يرجها بقوة و عندما سألتة والدتة ماذا تفعل قال لها " عصير" أي أنه يريد الاشاره الي الخلاط و بعد ذلك أحضر كوبين و تخيل أنه يصب لوالدته و لنفسه عصير و أنهما يشربان سويا. هذا لعب تخيلي و أحداثه مرتبة و هذا الطفل أكتسبها من المنزل

13- القص و اللزق:

مهارة القص و اللزق من المهرات الحركية الصغري و لكن المهم هو أدخالها في هدف أخر.

الخطوات:

- نحكي أو نمثل مع الطفل قصه بسيطة من حدثين أو ثلاثة أحداث
- و يكون لدينا قصص بها صور أو مجلات.
- بعد الأنتهاء من القصة يجلس المدرب أمام الطفل و يبدأن بالبحث عن مثلا بنت اذا كانت موجوده في القصة التي تعرف عليها الطفل في المجلات أو القصص و يترك المدرب للطفل حرية الاختيار ثم يقص الطفل(بمساعدة اذا لزم الأمر) صورة البنت ووضعها علي ورق أبيض ،... و هكذا حتي يكمل القصة
- و يمكن كذلك ترك الطفل ليقوم هو بقص ما يرد من شخصيات و عناصر ليكون هو بنفسة شكل الحدث الذي يريده و بعد ذلك يمكن أن يحكي بشكل بسيط (إن وجدت اللغه).

14- ربط انشطة القص و اللزق بالمفاهيم التي يعرفها في البيئة الموجوده حوله مثل: الشارع- المنزل- غرف المنزل- الفصل،.....- فيمكن مثلا لصق صورة أو شكل سجادة علي ورقة بيضاء و نعطي الطفل القصص و المجلات و يبدأ هو في أكمال الغرفة بالبحث في الصور.

15- البحث و الأستكشاف:

البحث عن صوره من بين عدة صور بين يديه: و ذلك بأعطاؤه مجموعة من الصور و نطلب منه أستخراج صورة المركب و عليه البحث عنها و الصور تكون في يدة و يستخدم في ذلك يديه الأثنين.

البحث عن شئ غير ظاهر في المحيط الموجود فية: نعطيه نفس السؤال و عليه البحث في المحيط و عليه رفع شئ من فوق شئ، فتح أدراج، دولاب، النظر تحت كرسي أو ترابيزة أو سرير.

الأنتباه و البحث: و ذلك لجسم متحرك أمامه و يختف- عليه الذهاب للبحث عنه.

الانتباه و البحث و الأستكشاف: ندخله غرفة ما و يتعرف علي أربع أو خمسه عناصر، ثم يخرج من الغرفة و نخبئ عنصرين مثلا- ندخله مرة اخري و نحفزه في البداية علي البحث بسؤاله فين الموزة- سينتبه الي انها غير موجودة و سيبدأ بالبحث عنها- مع تكرار هذا التمرين سنجده قد استوعب الفكرة و الهدف و عندها يمكن سؤاله " فيه أيه مش موجود"

16 –المطابقة:

مطابقة عناصر في الغرفة الموجود فيها بالصور التي معة و ليس بالضرور أن تكون كل الصور التي معه لها مشابه.

17- مفاهيم مثل فوق و تحت، جوه و بره، هنا و هناك، فاضي و مليان، و هكذا...... يجب أدخال جميع هذه المفاهيم بصورة واقعية ، مثلا لمفهوم فوق و تحت نضع عناصر فوق ترابيزة مثلا و عناصر أخري تحت الترابيزة و نسأله (فين كذا؟) و عند أتقانه للمفهوم نعمم العناصر و الاماكن فيجب الأبتعاد عن الروتين

18- مفهوم نعم و لا:

بعد ذلك يمكن توظيف نعم و لأ بسؤاله مثلا(التفاحة فوق الترابيزة؟) ثم عرض صورة عربية و سؤاله (دي موزة و لا عربيه—دي فوق و لا تحت –

19- التدريب علي أدراك تعابير الوجه للاخرين، و ربطها باللعب التخيلي، و بداية هذا المفهوم تعتمد علي المدرب و تقليد الطفل له كذلك الأستعانه بالمرأة حتي ينتبة الطفل لحركه تعابير الوجة و تغيرها علي حسب الموقف:

1.المواقف:

· الضحك- السعادة: يمكب للمدرب في البداية ان يدغدغ الطفل او يهديه شيئا يحبه و عندما يضحك او يبتسم الطفل يقلدة المدرب و يستعين بمرأة ليري الطفل فيها حركة فمه أثناء الأبتسام أو الضحك.

البكاء: هنا المدرب يقوم بتمثيل دور ما يجعله يبكي– ان يقع مثلا،...و بعدها يمثل صوت البكاء و يستعين بقطرات الماء للدموع و يجعل الطفل يقلده أمام مرأة.

الحزن:نفس التمرين السابق من تمثيل للموقف حتي الحزن لكن بدون دموع.

2. ثم بعد ذلك الأنتقال الي مرحلة الصور البسيطه و فيها يري الطفل صور لأشخاص يمثلون تعابير بالوجه و يعرفها و يسميها مع المدرب.

3. ثم بعد ذلك الي الصور المعقدة المكونة من حدثين (ولد وقع علي الارض– ولد يبكي) و هنا الأسئله التي يلقيها المدرب (الولد ماله؟ بيعيط ليه؟ و أيه ألّلي حصل لما أتعور؟) و المدرب يمكنه أن يغير ترتيب الأسئله و المراد هنا هو التدريب علي التفكير المنطقي و ربط الأحداث المنطقية ببعضها.

4. ثم وضع الطفل في مواقف تمثيليه– اي اللعب التخيلي.

5. يمكن عمل بعض التدريبات العقلية مع الطفل:

· التوصيل (سبب و نتيجه– ولد يبكي مثلا و من الناحيه الأخري صور أفعال و منها صورة طفل وقع أو تكسرت لعبته– فيوصل الحدثين ببعض)

· أستكمال مشهد (بدل التوصيل لصق جزئين مترابطين في الأحداث).

التعرف و تسمية التعبير المطلوب

· المدرب يلقي جملة لفظيا (البنت فرحانه) و هنا يبحث الطفل من بين الصور علي السبب (لعبة جديدة– شكولاتة،....)

استخدام الاشارات

مثل استخدام اليد أمام الفم كأشارة للكوب بيد واحدة في البداية ثم أستخدام اليدين بعد ذلك تدريجيا للاشارة

ثم استخدام الصورلتوضيح الخطوات اللازمة لما سيعمله الطفل أو ما سيراه مثل أن نقول له شاور علي ما تريد اللعب به

ربط الصورة بمشهد معين "المطبوع الثلاثى" فيه صورة كبيرة للتصرف الصحيح وصورتين صغيرين لكل تصرف سلبى

فمثلا في المطبخ صورة حائطية في مستوى طول الطفل فيها مختلف الطعام

كى يشير الطفل لما يريده, وفى حجرة النوم صور لنوعيات من الملابس للصباح وعلى باب المنزل صور للانشطة التى سيقوم بها الطفل فى المدرسة هذا اليوم بالترتيب .

ولوحة فى المطبخ توضح فى 3-4 خطوات العناصر اللازمة لمائدة السفرة للافطار, وفى الحمام صور بترتيب الانشطة مثل:غسيل الوجه واليدين والاسنان ثم تمشيط الشعر, وفى الفصل يختار المدرس عناصر الاتصال وعلى الطفل اختيار الصورة المناسبة للعنصر ويبدأ فى أن يطلب (أن يمسك كوب معناه يطلب عصير أو صورة مفتاح معناها دولاب اللعب والبالطو معناه يريد الخروج) .

ويتم تشجيع الطفل على أن يعطى الصورة لشخص آخر (صورة كرة معناها أنه يريد اللعب مع هذا الشخص) ويجب أن يفهم كل من حوله المعنى وإلا سيتوقف الطفل عن المحاوله.

دفع الطفل للتواصل

1-أجعل الطفل يختارفالأخطاء تعلم أيضا. لا تطلب منه الاختيارفي الجوانب المهمة (عندما تسمع صوت الجرس توقف عن اللعب بدلا من هل تحب التوقف عن اللعب الان؟ لانه سيجيب بلا)

2- اجعل التواصل متعة (يعمل صوت الحيوان لما يشوف صورته)

3- أجعل التواصل ضرورة بلخبطة الروتين تدريجيا (وضع اللعب فى صندوق مغلق أو رف عالى - استخدام معلقة كبيرة على كوب الزبادى أو مخرومه للشربة أو سكينة بلاستيك مكسورة للزبدة أو الطبق فاضى فيضطر يسأل فين؟

أو نديله فردة جوانتى واحدة فقط ونأخرالثانية أو إبعاد لعبة لحين سؤاله عليها ودايما التدخل بدرجة صغيرة

والطفل المعتاد علي غلق كل الابواب فى المدرسة قبل الغذاء نضع شئ أمام الباب فيلزم عليه طلب المساعدة لغلق الباب وهكذا أجزاء من الروتين يتم التدخل فيها ليضطر الطفل للحوار.

-البعض يحتاج للعلامات أو الوسائل البصرية والبعض يحتاج لتطور لغوى- تقسيم المهمه الى خطوات ولوحات بالترتيب

إيجاد فرص للتعلم (ادخال المشاركه-انتظار الدور فى اللعب- الدخول فى مجموعة- استخدام لغه يفهمها ليطلب أويحيى الاخرين وخاصة أثناء اللعب)-عند ادخال كلمة جديدة مثل الماء استخدمها أثناء الاستحمام أو السباحة أوعند الشرب (توظيف الكلمات)

علمهم الاستجابه السريعة لما تعلموه-عندما يقع طفل أمامه ويضحك, عليك أن تستخدم تعبيرات الوجه بزيادة التجهم وقول جملة لقد جرحت صديقك ليقلدك مع عرض صور للمشاعر عليه.

تكرار الكلام:

اعتبر تكرار الكلام هو محاوله للحوار, يحدث غالبا فى المواقف الجديدة أومع الغرباء وقد تعنى عدم فهم الطفل أوقلقه وتوتره أوغضبه

تحديد متى ومع من يتحدث عما يعجبه بعدد التكرارالذى يريده, مع ممارسة قواعد المحادثة (أن ينتظر ويسمع , يتوقف ليأخذ دوره فى الكلام) واعتبارها مكافأه

-وعند تكرارالسؤال يفضل أن تكون الاجابة فى شكل صورأونتيجة أو لسته بالاجابة, أوعند تكرار سؤال موجه اليه يفضل أن يكون السؤال به بداية الأجابه (بدلا من قول ماذا تريد؟ نقول: أنا أريد...ونسكت) فيكررالاجابة بدلا من تكرارالسؤال.

-تكرار الكلام لجذب الانتباه: لعلاجه تجاهل الكلام المستفز وتشجيعه على كتابة هذه الكلمات بدلا من نطقها – عند نطق هذه الكلمات فى الفسحة يمنع الطفل من الخروج. فى البداية ستزيد الكلمات ثم تقل بعد فترة فيسمح للطفل بالخروج ومشاهدة التلفزيون

لانتكلم مع الطفل بكلمات غير واضحة أو معقدة حتي يستطيع الطفل أن يفهمهـــا وأن يقول ما يقصده فعلا ولا نقول له حموتك لو عملت كذا.

أساليب التحكم بالنفس:

ويمكن الاستفادة من التكرار بتعليم الطفل أن يتحدث أثناء الانشطة ويقول لنفسه ماذا يفعل ويكررالتعليمات الموجهة له بصوت عالى منها:

-عندما يكون مضطربا يقال له (مصحوبا بصور بنفس المعنى) :لاتبكى- لاتضرب- اهدأ- اخفض رأسك- تحدث بصوت منخفض- لاتصرخ-لاتخبط الترابيزة برأسك

-واذا كان غاضبا: ابتعد عن المكان – عد حتى 10 – اطلب من المدرسة أن تأتى اليك

-لوأحسست بضوضاء: اجلس فى جانب الترابيزة – ضع سماعات الاذن – اخرج

فيتوجه اليهم الكبار عندما يسمعونهم يقولون هذه الجمل.

– عندما يشعر بالاثاره من صوت أو ضوء عالى ويبدأ بحركات جسمه ويده ويخبط رأسه فى الحائط نحتاج لتهدئته على كرسى أومخدة أويضع سماعات أونعطيه كتاب أوتغطيته ببطانيه.



A young boy signs "I love you."

3- التفاعل الاجتماعي

لعلاج الانعزال وتعليمه المهارات الاجتماعية:

الدخول فى عالم الطفل بعرقلة احد خطوات الروتين الخاص به أو احتضان الطفل لثوانى عند عودته للمدرسة قبل أن يسمح له باللعب – نسأل الطفل عن شئ ما يخص المدرسة

ونزيد الاسئلة تدريجيا قبل السماح له بدخول الحجرة

عدم السماح له بالتلفزيون حتى يقرأ لأمه صفحة من كتاب وتزيد عدد الصفحات يوميا –نشرك أخته باللعب معه بالبازل بأن تأخذ بعض القطع وعدم السماح باللعب الا معا

وندعه يعيد المشاهد التى رآها فى الكرتون مع والديه.

– تجنب المواقف التى تؤدى لمشاكل, وتعويده على المواقف التى يخافها–

عند تغييرترتيب الروتين نشطب على صورة الروتين ونضع صورة النشاط الجديد ونبدأ باستبدال ما يحبه أقل (فسحة) بما يحبه أكثر(أكل البيتزا) ليعتاد التغيير بسهولة.

المهارات الاجتماعية تحتاج لقصص فيها:

وصف: أنا أركب الأتوبيس كل يوم-

–توجيه لرد فعل معين مثل : سوف أعطى السائق المبلغ المناسب لتوصيلى ,سأقف فى الاتوبيس لو لم أجد كرسى , سأجلس بهدوء ولن أدفع الركاب فى طريقي

توجيه لمشاعر-

–تأكيد معلومة

–نحكى لهم قصص قصيرة فيها مواقف اجتماعية ونقسمها لخطوات صغيرة ونستخدم فيهاالروتين ومعلومات مدرسية (مثل الحساب) موظفه فى مواقف القصة "أنا اسمى – وهذا أول يوم لى فى المدرسة وقلت لاصدقائى صباح الخير وابتسموا ثم قلت ازيك أنا فرحان أن اصحابى يحبونى"

"أنا حروح أزور عمى يوم _ وحنقعد هناك ساعة وحنقابل _ وحناكل _ واحتمال يكون هناك ابن عمى ألعب معاه"

تعليمه مهارات الصداقه

– (كيف يدخل على مجموعة–التحية– متى يساعد أو يطلب مساعدة– الاستئذان عند طلب شيء– متى ينقد وكيف يتقبل النقد– مشاركة الحوار– المجاملة وسماع رأى الاخر– كيف يقرأ علامات الملل على وجوه مستمعيه– كيف يبدى اهتمامه للاخر– كيف ينهى حوار– أن ينطق جملة ثم ينتظررد الاخر ثم يبتسم مثلا ثم يقول جملة ثانية وهكذا).

– لفهم المشاعر

نربط المشاعر بأشياء يمكن أن يراها تعبيرات الوجه والجسد (الابتسامه معناها سعيد, التجهم معناها غاضب, الفم لأسفل يعنى حزين

اليد على الوسط معناها غاضب,الرأس لاسفل ودموع فى العين يعنى حزين
العين شبه مغلقة يعنى مجهد وليس تعبان لان تعبان يعنى مريض لديهم وأيضا استخدام الصور ليتعامل مع الغضب مثلا:

بصورة لطفل يتنفس ويده لجواره ثم يعد على لوحة 1-2-3------10

أو كيف نعرف أن طفلا سعيد؟ بأنه يبتسم, ماذا نفعل ؟ نبتسم أيضا

كيف نعرف أن طفلا حزينا؟ بأنه يبكى, ماذا نفعل؟ نربت عليه ونسأله ماذا يضايقه ونلعب معه.

عند تعرضهم للآذى من الاخرين:

عند التأكد من انه فهم الاعتداء عليه وبدأت تصرفاته تتغير يجب عمل مجموعة من اصدقائه حوله لحمايته ومنع ايذائه, نرسم قصه كاريكاتير أمامه لطفل يسخر من اخر والثانى يتجاهله بهدوء ويتخيل مكان أو شئ يحبه ليسترخى, واستخدام رمز الألوان (اخضر سعيد, أزرق حزين, أسود غاضب) للتعبير,أو ندربهم على جمل معينه كيف يقولونها أو يبلغوا المسئولين.

لعلاج الانفلات الاجتماعى:

وضع قواعد مثل لا تقلع هدومك أو تلعب بأعضائك أمام الناس, لا تلمس الغرباء والا ستحرم من الالعاب. ولآن الطفل الذاتوى متصلب التفكير فيجب أن توضع القواعد من صغره مع توضيح التصرفات المقبولة (تبوس أفراد العائلة فقط مع تحديد من هم الغرباء).

-عندما يقوم الطفل بخلع ملابسه

قد يكون لعدم تحمله خامة الملابس أو لجذب الانتباه

فعندما يبدأ فى خلع ملابسه نوجه تركيزه لنشاط يحبه ونتجاهل ما يفعله

واذا جروا لا نطاردهم – نصر على لبسهم سويتر عند المطر وطاقية للشمس كقواعد للخروج من المنزل

التجهيز لأي تغيير في الروتين

-تغيير طريق المشى المعتاد بأن يمشي في شارع آخر لخطوات بسيطة ثم العودة مع أعطائه حلوي أو يتفرج على حيوانات فى الطريق الجديد.

عند تمسك الطفل ببالطو معين لا نشترى منه بل نشترى أصناف آخرى من الملابس لاجباره على التغيير .

–لو أن الطفل يعانى من تغيير البائع فيمكن ممارسة لعبة التخمين مع الوالد هل سيكون هو نفس البائع أم يتغير ومن يربح له مكافأة أو جايزة قيمتها جنيه.

–عند ركوب مواصلة لتعويده على الفرامل (التوقف أثناء الرحلة) بممارسة لعبة التخمين أننا سنتوقف بعد 30 ث من المنزل (بعد البوسته أو محل الحلويات) ثم نزيد الفترة تدريجيا.

-التمهيد قبل الانتقال من نشاط لآخر ليسهل توقعه:

(1)التمهيد للحضانه:

زيارة للمدرسة ومقابلة المدرسين للتآلف معهم ومع الطريق وأخذ صور للمدرسة ومكان اللعب, والمدرسين, الحمام, الحديقة, الفصل ووضع الصور أمام الطفل ويذهب للمدرسة معه لعبته التى يحبها لساعات بسيطة فى البداية ثم اليوم كاملا

(2)التمهيد للمدرسة

اختيار المدرسة الملائمه لاحتياجاته والتحضير قبلها بسنه– صور لأنشطه اليوم الدراسى– التمهيد لحجم المدرسة الأكبر وعدد الزملاء أكبر و تغيير شكل جسمه.

تعليم الطفل عدم الاعتماديه:

– ينزل لشراء البقالة ومعه الثمن بالضبط ثم يتعلم أن ينتظر الباقى بمصاحبة الوالد فى الآول لاختيار الصنف وشرائه ثم ينتظره الوالد أمام المحل ثم فى اخر الشارع ثم الطفل لوحده ومعه ورقة بالطلبات.

– إعطائه ورقة برقم التليفون ومعلومات شخصية عنه, ومن الممكن تدريبه عن طريق استخدام القصص فتحكى له موقف صعب عليه ونعطيه معلومات مفصلة لحله (مثلا يغطى وجهه بكتاب عندما تحدث له حركات لاإرادية).

أو مساعدة أطفال أقل منه فى مهارة معينه لتحسين احساسه بذاته وإشراك زملائه معه.

- نقول له: ورينى كيف تضحك- كيف تبكى- كيف تكون حصان- كيف تكون عربة ثم ضع العروسة على السرير- اعمل كوب شاى- اعط اخوك الدواء, تمثيل المشهد مثل (انتظار دوره- مكافأة)- تمييز مشاعر الانسان من وجهه أو مواقف ويحدد المشاعر المصاحبة (يلزق الوجه المناسب للموقف).

4-التعامل مع السلوك المتكرر

البداية المبكرة التدريجية أفضل والقاعدة أن هذه التصرفات تكون تحت سيطرة الوالدين, أحيانا عدم التركيز وتجاهل التصرف يؤدى لاختفائه مع بعض الأطفال أما إذا كان عنيدا فيجب التدخل مبكرا بخطوات بسيطة مع مكافأة.

وعند بداية الدراسة مثلا لا نركز انتباهنا عليه وتكون أمامه أوراق النتيجة ونرقم الايام لحين انتهاء فترة الاجازة فيشعر بالحماس ونمهد له لما سيحدث فى المدرسة ويوم البداية يكون لونه أحمر لتمييزه عن باقى الايام

دائما استخدام النتيجة, صور, لسته مكتوبة للانشطة القادمة أو خطوات تغيير الروتين وفى البداية الانشطة الغير محبوبة تكون فى آخر وقت ولكن بعد ذلك تكون فى منتصف الاسبوع وليس آخره.

الحركة المتكررة

- استخدام الحركات المتكررة أو العصبية كمكافأة عند تنفيذه لسلوك حسن بالطريقة التالية :

1- عمل قواعد واضحة (أين /مع من/ المدة المسموح بها عمل الحركات \متى.)ومنعهم من تكرارأسئلة معينة فيعرف الطفل متى يكون التصرف غير مسموح به وأيضا متى يكون مسموحا به.

2-التغيير يكون بخطوة صغيرة فى كل مرة حتى لايتضايق الطفل ولاتتعامل مع مشاكل كثيرة فى وقت واحد فالتغيير الصغير يضمن نجاح على المدى الطويل.

3- حاول معرفة أسباب هذه الحركات مثل: الارتباك ,القلق ولتقليل هذا الاحساس حاول أن تجعل الطفل يتوقع هذه التغييرات فى روتينه اليومى وأن يكون بالبيت دائما نتايج وصورونظام لتذكيره دائما.

4- التدخل مبكرا فى أى سلوك على قدر المستطاع.

5- حاول توقع المشاكل قبل حدوثها فما اعتاده طفل ثلاث سنوات لا يمكن أن يستمر حتى عشر سنوات

6- ساعد الطفل أن يتوقع التغيير وبالتالى يتكيف معه باستخدام وسائل غير كلامية أفضل من الكلام عما سيحدث وما لن يحدث.

7-حاول استخدام تمسكه بشئ معين كمكافأة أو كقاعدة للخروج منها لآنشطة اجتماعية آخرى .

اعلم أن الاطفال ينجذبون للطفل الذى لديه مهارة يتفوق فيها عليهم .

-وللطفل الذي لديه رعشه فى يده نشترى له بنطلون بجيوب واسعة لاخفاء يده أثناء الرعشة فيها ورعشة الوجه باخفائها خلف مجلة.

للحركات مثل فرك الصوابع: الافضل أن نشتت انتباه الطفل عنها مثل اعطاء الطفل شئ يمسكه بيده أمام عينه, أواحضار لعبه جديدة (مثيرة) لطفل يحب أن يرص اللعب دائما.

عندما يقوم طفل التوحد بحك ذراع شخص غريب من أجل استجلاب شعور بالسعادة والمرح الناجم عن الإحتكاك الجسدي، فقد يكون بإمكان الوالدين إحضار مجموعة من المواد مختلفة الملامس بحيث يقوم الطفل بلمس أو حك المادة التي تشعره بالسعادة، والتي تجلب له نفس الشعور الجيد بالراحة. وبالإمكان عمل وسادة صغيرة من هذه المادة للطفل أو بطانية لكي يستعملها في الوقت المناسب.

-إذا كان ضرب الرأس يُشعر الطفل بالراحة، فبالإمكان استخدام تقنيات مختلفة مثل لف الرأس بقطعة قماش يحصل الطفل من خلالها على الشعور المطلوب المفرح بالنسبة له بدون أن يضرب رأسه. أو ببساطة حاول إيجاد نشاط آخر بديل من شأنه أن يشعر الطفل بسعادة أكثر من تلك التي يجنبها من وراء ضرب الرأس. ولكن يجب الأخذ بعين الاعتبار أن ذات السلوك قد يكون أيضاً هو وسيلة الطفل للتعبير عن ضيقه وعدم سعادته.

لذلك، لا بد أن يتاح للطفل ممارسة نشاط ما من شأنه أن يساعد في تهدئته بدون إيذاء للذات أو الآخرين.

إذا كان الطفل يلوي أصابعه أمام عينيه، يمكنك أن تقلّد هذا السلوك وتقول :

"أنا أراك.. شفتك" بحيث تختلس النظر من خلف أصابعك، وكأنك تلعب معه، وبلطف خذ أصابعه والعب بها وضعها أمام وجهه، وقل له "شايفني"؟. وإذا كان الطفل يلف حول نفسه أو حول شيء ما بطريقة غير هادفة، فاطلب منه أن تلعب معه، وبإمكانك حينها أن تمسك يديه وتجعله يلف حولك، وتلف معه في الوقت الذي تقومان فيه بالغناء.

وإذا كان الطفل يقفز إلى الأعلى، فبإمكانك أن تقول له: أنا أقفز أكثر منك، وتبدأ بالقفز معه، وإذا كان الطفل يغلق الباب ويفتحه بشكل متكرر، فبإمكانك أن تأتي بوجهك خلف الباب بحيث عندما يفتح الباب تفاجئه بالضحك، أو تعمل حركة معينة في وجهك كالإبتسام مثلاً، بحيث تلعب مع الطفل وتشعره بالمرح.

وأيضا وضع القواعد (أين- متى- الى متى) -وعندما تكون لديه الرغبة فى الاقوال أو الحركات المتكررة فى وقت غير مسموح به يكتبها فى ورقة ويحتفظ بها للوقت المسموح به.

يسمح بها فى وقت معين فقط (تلفزيون- وقت الاكل) ونزيد فى هذه الاوقات ثم فى الحجرة الخاصة فقط ويسمح بالروتين فقط بعد التوقف عنها – تقل تدريجيا لحين يسمح بها فى وقت النوم فقط

للحركات المتكررة يمكن أن يسيطر الطفل عليها بمنبه يحسب عدد مرات التكرار ويكافأ الطفل لآقرب محاولة لحين انجاح المهمة.

الانشغال بسلوك مثل تجميع العملات:

تحديد حجرتين معينه لممارسة تجميع العملات- توفير شئ آخر لشغله (تلفزيون- أكل- الذهاب لسريرالوالدين) ثم يتم سحب العملات من الحجرة ثم تقليل عدد العملات فى الحجرة الواحدة – ثم السماح بهم فقط فى حجرة النوم.

ولا يسمح له بالاستحمام لحين اخلاء الحمام منها ولا يسمح له باللعب فى حجرة والديه لحين اخلاء الحجرة أيضا من العملات وهكذا بالنسبة لمكان الاكل ثم مكان التلفزيون ثم لايسمح له باللعب بها الا فى حجرته.

تعلق الطفل بالاشياء

للاحساس بالارتياح ،للاحساس بالقوة عندما يتعبون, ولحل المشكلة: التأكد أن

هذا الشئ موجود دائما لا يحل المشكلة بينما الحل وضع الحدود السابقة تدريجيا (أين- متى- مع من يسمح بالشئ) والقاعدة الذهبية هى الاستمرارية وتطبيق القواعد مع كل العائلة وكذلك فى المدرسة كما فى المنزل فمثلا الطفل الذى يحب تجميع مجلات لايسمح له بالاحتفاظ بالجديد حتى يتخلص من القديم ولايسمح له بأكثر من ميزانية محددة لا يتعداها وأيضا الطفل المتعلق بالكرتون:

1-وضع نتيجة أمامه توضح متي يسمح له بمشاهدة التلفزيون

2-عدم السماح بها قبل المدرسة بل يسمح له بقراءة كتاب كرتون على الافطار بدلا من التلفزيون

3-يسمح بالتلفزيون مرة واحدة فى المساء بعد المدرسة وفى يوم الاجازة

4-لايسمح له بلبس ما يريد فى المدرسة ويسمح له فى المنزل فقط بلبس ملابس الشخصية الكرتونيه

5-تقل فترة الفرجة بايجاد بدائل (مثل كتاب أو لعبة)

5-استخدام أسلوب التغيير التدريجى لعلاج مشاكل السلوك

*-مشاكل التغذية:

-أكل أنواع معينة فقط من الاكل: معرفة تفاصيل وجبات الطفل (نوعية وكمية) فمثلا الطفل الذى يأكل شيبسى بين الوجبات نقوم بادخال الشيبسى ضمن الوجبة فلضمان أن ينهى الوجبة نبدأ بتقديم الشبيسى أولا ثم كميات صغيرة من الوجبة ثم نبدأ الوجبة بأن يمسك الملعقة بيده عدة مرات الى أن تقوم والدته بتغذيته بعد ذلك ويتكرر حتى يأكل بمفرده الوجبة كلها.

-أحيانا يستخدم الطفل رفض الطعام كوسيلة لجذب الانتباه فيجب الحرص على عدم ذكر الأكل أمامه إلا في أضيق الحدود مع متابعة إضافة مكملات غذائيه لشرابه وتكون القاعدة أثناء ميعاد الاكل "كل أولا تأكل كما تريد" ويترك الاكل لفترة معينه ثم نبعد الاكل من أمامه سيبدأ الطفل فى الاكل بصورة غير منتظمة ويجب أن يكف الأهل عن القلق من هذه المشكلة.

عند ثبات ميعاد ونوع الوجبات :

-تغيير ميعاد الوجبه فيكون ميعاد الغذاء من 11.55الى 12.05 ولكن لن يكون بالضبط 12 ظهرا كما تعود الطفل ونرسم علامة الميعاد على الساعة أمامه

-نبعد الطبق المحبب للطفل وإحضار اثنين آخرين ليختاربينهما.

-وللطفل الذى يظل فترة طويله يمضغ الطعام يتعلم أن فترة الغذاء نصف ساعة لو أنهى أكله أثناءها يسمح له بمشاهدة التلفزيون ولولم ينهى الوجبة أثناءها يترك ليأكل وحده.

-لمشاكل التغذية القليلة :عمل لسته بما يفضله ولايفضله من طعام ثم عمل لائحة بميعاد 6 وجبات حتى لا ينتظر الطفل كثيرا اذا رفض وجبة مع منبه لتحديد بداية ونهاية الوجبه ولايسمح بالاكل فى غيرهذه المواعيد وينطبق النظام علي كل العائلة أيضا.

من الممكن ادخال المتعة باختيار أصناف الاكل من صور فى المطبخ وجعل كرسى الطفل أمام حائط حتى يصعب عليه ترك المائدة.

- للطفل الذى يأكل بين الوجبات :يتم عمل عقد معه فيه تحديد عدد الوجبات الزيادة فى اليوم وكمية الاكل فيها مع عدم الحديث عن زيادة وزنه وللمحافظة على العقد يتم زيادة عدد الوجبات مع تقليل كمية الاكل فيها وتكون مكافأته على الالتزام وجبة شهية أونزهة فى نهاية الأسبوع. النهاية لن تكون نقص الوزن بل ثباته.

*- مشاكل النوم: خاصة رفض النوم بمفرده للطفل الذي ينام مع والديه تستخدم طريقة المرتبة

1-تنام الام على مرتبة بجوار سرير الطفل

2- نبعد المرتبة قليلا عن السرير

3- نستمر تدريجيا فى ابعاد المرتبة ولكن لاتزال الام يمكن لمسها.

4- ابعاد المرتبة بحيث لايستطيع الطفل أن يلمسها

5- توضع المرتبة على باب الحجرة

6- توضع المرتبة فى الطرقة خارج حجرته

7- توضع المرتبة على باب حجرة الوالدين

8- ترجع الام لسريرها ثانية.

لمشاكل الأرق: لائحة بمتى- أين والمدة التى ينامها الطفل على مدار الاسبوع لتحديد مشكلة النوم.

للطفل الذى لاينام ليلا يتم تنبيه الطفل أن ميعاد النوم اقترب بمنبه واستخدام اشارة روتينية يوميا وهى كوب لبن دافئ وقصة أوفيلم كرتون وحمام دافئ ليعلم أنه وقت النوم الان وتكون حجرة النوم بها لعب أو ما يفضله الطفل وتظل الأم معه لفترة محددة فقط تحدد بمنبه ثم تخرج الأم وكل فترة تدخل حجرته للاطمئنان عليه.

*- التصرفات المتكررة:

أن يكون النظام مرنا فعندما نضع قاعدة" أن يعود الطفل من المدرسة يحكى عن الانشطة داخلها" يسمح له بدخول حجرته فى البداية لمدة نصف ساعة قبل بداية التواصل.

- لتقليل عصبية الطفل عند تغيير الروتين يجب توقع قلقه والتحدث معه قبل التغيير بما هو مسموح وغير مسموح به بصورة تدريجيه وتعليمه اساليب استرخاء مثل أخذ نفس عميق عدة مرات لتقليل الضغط, أواساليب التشتيت مثل النظر لصورة لمنظر طبيعى أو صورة لأمه وتكون صغيرة ليستطيع حملها.

-عندما يريد شيئا مثل ساندوتش معين فى المدرسة نعطيه له فى حالة اذا قال للمدرس صباح الخير فقط واذا تخلى عنه يأخذ بدلا منه عملات ويجمعها ليصبح عنده كمية لازمه للفرجة على التلفزيون فيتعلم أن يتخلى عما يريده ويصبر حتى يحقق شئ اكبر"الادخار"ودايما يكون تغيير الروتين أسهل عند تغير المكان (من البيت للمدرسة) فيتقبل الطفل تغير الملابس وعادات الاكل .

- استخدام المهارات الخاصة للطفل للاندماج مع باقى الاطفال ومساعدتهم والاشياء التى يحبها كمكافأة لتغيير شئ فى الروتين .

للتعامل مع **اضطرابات القلق المصاحبه للتوحد** :الروتين والتجهيز لاى تغيير- استخدام الوسائل البصرية ليفهم -ساعده على الاسترخاء- تحديد مستوى فهمه فقد يكون أقل من مستوى سنه فلا نطلب منه اكثر من قدرته على الفهم- استخدام وسائل بصريه متنوعه اكثر وقت القلق-نساعده على الحركه فى اوقات مختلفه ليهدأ- تعليمه مهارات اجتماعية- تقليل وقت الراحة الغير منظم- الاتفاق على علامة سرية مع الطفل معناها انه محرج ويحتاج لمساعدة.

6- التعامل مع ايذاء النفس أوالتصرفات الغريبة مثل أكل أشياء لاتؤكل:

يمكن استخدام بخاخ ميه أو عصير ليمون أو شد شعره, عندما يهيج الطفل ويرمى الطعام نبعده عنه حتى يهدأ واذا شد شعر اخته أمام التلفزيون نغلق التلفزيون أونترك حجرته عندما يبدأ الصراخ.

-تجاهل صراخه عند الذهاب للمدرسة – عندما يصرخ الطفل فى سوبر ماركت لشراء حلوى نعطيه حلوى اذا توقف عن الصراخ- أوإرغامه على غسيل فمه مرات عديدة وتنظيف جسمه لفترة طويلة بعد أكل أشياء غير صحية.

التصرفات الصعبة (العنف البدنى, أذى الجسم, أكل اشياء لا تؤكل, تكسير الاشياء, عدم سماع الكلام, نوبات العصبية)

ناتجه أساسا عن عدم فهمهم لما حولهم أو طريقة للتعبير عما يريدونه أو عدم قدرتهم على انتظار ما يريدونه.

ولعدم حدوثها نحتاج معرفة الحدث السابق لها.

- تشجيع التصرف الجيد واهمال غيره (عدم العقاب عليه والتركيز على التصرف المطلوب) مع استخدام الاساليب البصريه لتعليمه, ووجود روتين وقواعد بالمنزل

اذا كانت المشكلة عدم قدرته على انتظار وجبة العشاء: نعرض عليه صورة ولد وأمامه صورة لتلفزيون , صورة لكتاب , صورة لكمبيوتر ثم صورة وجبة ليتعلم الانتظار واختيار ما يريده بين صور متعددة

أو تمهيد للخروج من المنزل بصورة للسيارة ثم السوبرماركت ثم صورة للمشتروات التى نحتاجها وصورة لمكافأة له عندما يكون هادئا

أو صورة لطفل يعض يده ومشطوب عليها وصورة لطفل يعض بسكوت وعليها علامة صح.

-يجب دائما الانتباه للطفل عندما يكون هادئا ونحاول تجاهله عندما يتصرف بعنف وليس العكس.

مكافأه الطفل الذاتوى ليست من اختيار الاباء بل مما يفضله هو.

- للتحكم فى نوبات العصبية :التدخل مبكرا قبل السلوك العنيف مع تحديد السبب وراءه ورد فعل الاخرين بعد هذا السلوك.

تحديد طبيعة المكان كما يحبه الطفل هادئ أم ملئ باللعب والصـــور والالـــوان, ايضا يجب التأكد من عدم وجود التهابات فى الجسم وخصوصا الاذن تسبب ألما للطفل وبالتالى نوبات العنف.

- تحديد السبب وراء السلوك:

1- الاحتياج للمساعدة أو الانتباه

2- للهروب من موقف صعب أو نشاط معين

3- الحصول على شئ يريده

4-الاعتراض على أنشطة لايرغبها

5- الحصول على درجة استثارة للشعور بما حوله.

- ثم ايجاد بدائل آخرى للحصول على نفس الهدف من السلوك.

للعنف والتصرفات مثل العض:

(إذا كان الطفل يقوم بعض الآخرين فيمكن استخدام قطعة من المطاط لعضها إذا كان الطفل في عمر متقدم فيمكن استخدام اللبان لشغل أسنانه) حتى وقت اللعب لا تسمح له بعض اللعبة

1-ملاحظة التصرفات- وقتها- ما يسبقها-فى وجود من وماذا حدث أثناء التصرف وبعده (صوت عالى-اضاءه قوية- كثرة الناس حوله أو صداع أو محاوله لمسه أو يحاول توصيل طلب ولايفهمه احد)

2-حدد التصرفات الاخطر واستخدام الحاسة التى يتعلم بها اكثر (السماع-الرؤية-اللمس)

فالطفل البصرى يتعلم بجدول الواجبات, المنبه أمامه حتى يعلم متى نهاية ما يفعله ويضئ المنبه قبلها بفترة حتى يستعد الطفل للتغيير, قبل الذهاب لمكان جديد أو ركوب مواصلات نعلمه ثم نعمل تجربة فى البيت ونمثل ما سيحدث ويقوم بدوره فيه.

3- الدمى ممكن أن تكون في موضع التأديب والتهذيب كما الحالات الأخرى التي تواجه طفلك

ماذا يحدث عندما تقول دمية الأم لدمية الطفل بعدم العض ؟

ما هو شعور الدمية ؟

ماذا تستطيع الدمية فعله غير العض ؟

ماذا يحدث عندما تقوم الدمية بالعض ؟

ماذا تستطيع دمية الأم عمله ؟

ماذا تستطيع دمية الأم عمله لكي لا يكون لدي دمية الطفل رغبة في العض؟

للتعامل مع طفل يخاف من شئ محدد فيصرخ ويؤذى نفسه:

*خطوات التعامل مع الخوف من الحمام:

الاسبوع الاول:يلعب بلعب فيها اجزاء الحمام –ثم يوضع فى البانيو مع لعبه.

الاسبوع الثانى: يستحم بكامل ملابسه وهو واقف.

الاسبوع الثالث:يستحم بشورت وهو واقف ثم نزيد كمية المياه تدريجيا.

الاسبوع الرابع: يستحم ويغسل شعره.

*الخوف من البالونات : نعوده على كرة القدم التى لا تفرقع تدريجيا ثم ندخل البالونات ونترك بعضها معلق فى المنزل ليعتاد عليها.

*الخوف من الكلاب: يشوف صور كلاب ويشوف فيديو كلاب ثم لعب كلاب ثم يمسك سلسلة كلب ثم كلب بلا سلسلة.

*الخوف من الاطباء: تثبيت طبيب واحد ويسمح له باللعب فى العيادة ثم يقوم بالكشف عليه تدريجيا مع وجود لعبته معاه ومكافأه عند الانتهاء وتمثيل المشهد قبل الكشف.

-أهم أنواع الألعاب التي تحتوى عليها بيئة لعب الطفل الأوتيزم

*ركن العرائس والدمى: – حيث يقوم الطفل بالتآلف مع العروسة ،أو الدمية التي تكون عادة عبارة عن شخص من جنسه وتبدأ العروسة فى تقليد حدة الخجل والتوتر لحالة الطفل وكذلك ركن الدمى عبارة عن نماذج من العساكر والجنود – حيوانات منزل للدمى مجهز مثل المنزل الطبيعي ، لمحاولة فهم مشكلات الطفل والتعرف على مشاعره تجاه أفراد أسرته

*ركن أدوات الرسم والتلوين: – يتكون من أدوات مختلفة للرسم والتلوين وبها يتعلم الطفل الكثير من المهارات مثل مهارات النظافة والتفاعل الاجتماعي

*ركن التشكيل: - ويحتوى على الصلصال والعجائن وهو بدوره يساعد الطفل على التفاعل مع الآخرين، وتقليل مشاعر العدوانية ، والانفعالات غير الملائمة

*ركن ألعاب البناء والفك: - مثل الدومينو بأنواعه – بازل – مكعبات – خرز..... وهى مجموعة من الألعاب تنمى مهارات الانتباه والتركيز والمهارات الحركية الصغرى

دور البرنامج العلاجي باللعب في تنمية الإتصال لدي التوحديين

المستوى الأول :

وهو ما يعرف باللعب العشوائي، وهذا النوع من اللعب يركز الأطفال على اللمس – إلقاء الأشياء وتذوقها وشمها

المستوى الثاني :

يعرف باللعب الاستكشافي، والذي من خلاله يبدأ الطفل في اكتشاف البيئة وتأثيرها، ويجب تقديم مجموعة من الأشياء المختلفة لهم لمساعدتهم على التعرف على خصائصها

المستوى الثالث :

في هذا المستوى يبدأ الطفل استخدام الأشياء من أجل أغراض معينة(بناء بعض الأشياء من القوالب أو دحرجة الكرات)

المستوى الرابع :

وفي هذا المستوى يظهر الطفل أشكالاً من اللعب الرمزي أو التظاهر

مفاتيح تعليم اللعب للأطفال المصابين بالتوحد :

ـ التنظيم: حيث يساعد الطفل على فهم تسلسل المهارات والأنشطة والأفكار التي تساعد في تحقيق الأهداف فمثلا قصة ليلى الحمراء والذئب لها تركيب واضح مع وجود شخوص ووجود إثارة والذي يؤدي بالنهاية لاكتشاف بأن الجدة هي في الحقيقة ذئب

ـ الشعور بالمتعة: فلابد من وجود المتعة في اللعب الأطفال المصابون بالتوحد قد يحبون برامج معينة لأن شخوصها ممتعة مثل عالم سمسم، بارني

ــ الاهتمام: يجب أن يُظهر الطفل اهتماما في تحريك المواد لجعل تجربة اللعب ذات معنى باستخدام أشياء ومواضيع تعتمد على الطفل مما يشجعه على اللعب أكثر

ــ الأدوات: نوعان المنظمة وهي الجاهزة مثل الحيوانات، الدمى المتحركة، والغير منظمة (لم تنتظم لتشكل شيئا بعد مثل الحبال، الصناديق، الأشرطة)

ــ المتابعة: يجب أن يكون هناك بعض التوقع لخطوات تعلم اللعب وبالتالي مساعدة الطفل على اللعب

ــ اللعب الاجتماعي: والذي يشمل تعلم مهارات جديدة

ــ اللغة المناسبة: يجب أن تكون اللغة والتعليمات بسيطة ومباشرة ومحدودة مما يساعد الطفل على التركيز على خطوات اللعب

- –الأهداف التواصلية ــ ذات العلاقة بجانب الاستخدام اللغوي والمعاني ــ خلال اللعب، ومن أهم هذه الأهداف: :

ــ تنمية مهارة مبادلة الأدوار .

ــ تنمية مهارة التواصل والالتقاء البصري .

ــ تنمية التفاعل الاجتماعي .

ــ تنمية المحصول الغوي .

ــ تنمية وإيجاد التقليد الفعال .

ــ تنمية القدرة على طرح الأسئلة والإجابة عنها .

أنواع الألعاب التي من الممكن تصميمها تتضمن اللعب التحريكي، والوظيفي والرمزي والدرامي والاجتماعي ومن الأمثلة على الألعاب الشائعة والتي تعتبر مثيراً بصرياً للأطفال المصابين بالتوحد:

ألعاب الفقاقيع، المطابقة، التصنيف، الكتب التي تحتوي مجسمات بارزة، القطـــع التركيبية، الكرة، السلم والثعبان، الكمبيوتر، الشطرنج، الدومينو، لعبة العروســـة، أدوات المطبخ ... وغيرها

المراجـــــــــــــع

المراجـــع العربيــــــــــة

-القرآن الكريم

سيكلوجية الطفولة لكوستي بندلي-

لما يكل رايان الديسليكسيا -

-رفض الذهاب إلى المدرسة للدكتور ملهم زهير الحراكي

- الرهاب : موقع مجانين

-الرهاب والقلق عند الأطفال والمراهقين د.إبراهيم بن حسن الخضير

- طباع الأطفال لتوماس وشيس

- رفض الطعام للدكتور طلعت حسن سالم

- التبول اللاارادى للورا ويزمان

- العلاج النفسي الحديث قوة للانسان د .عبد الستار ابراهيم

- طفل الابتدائي وطرق تربيته عمليًا أ معتز مصطفى شاهين

- كتاب اليد في التربية لبورنشتاين

.-عبد الستار د ابراهيم ,- العلاج السلوكي للطفل د. الدخيل

--مساعدة طفل صعوبة التعلم لألان هاسكفتز

-مؤشرات الذكاء المتعدد لدي التلاميذ ذوي صعوبات التعلم د.محمد صالح الامام-

-ممارسة مدير المدرسة الابتدائية لدوره في تحقيق أهداف برنامج صعوبات التعلم سالم بن عايض سعد القرني

-دمج ذوي الاحتياجات الخاصة في التعليم العادي نور نعمان عبسي

-الأطفال المزعجون د.مصطفي أبو سعد

-المراهقون المزعجون د.مصطفي أبو سعد

-أولادنا و الأمراض النفسية د.كلير فهيم

-نصائح لاباء ومعلمي المصابين بالتوحد بقلم : تمبل جراندين.

-جمال بن عمار الأحمر الجزائري الأندلسي الخزرجي صعوبات التعلم

-مبادرة واحة, إدارة الأطفال والمراهقين الأمانة العامة للصحة النفسية

اعداد د/ مها عماد الدين د/ إيمان جابر

-مدونة توحدي ليس إعاقتي

-طبيب نفساني دوت كوم

- العلاج السلوكي للطفل د/ إيمان جابر

- العلاج السلوكي للطفل د/ مها عماد الدين

- مكتوب دوت كوم

-تربية مشاعر الأطفال في الأسرة ل ي أ كولتشيسكايا ترجمة د عبد المطلب أبوسيف

- محمد علي فتيحة اختصاصي النطق واللغة بمركز دبي للتوحد

-اضطرابات الطفولة و علاجها د. عبد الرحمن العيسوي

-الأمراض النفسية و العقلية والاضطرابات السلوكية عند الأطفال - د. كمال حسن وهبي، د. عبد المجيد الخليدي

-العلاج الحسي للتوحد ابتسام القاضي

- الاتصال اللغوي للطفل التوحدي - التشخيص والبرامج العلاجية/ د- سهى أحمد أمين نصر

- موسوعة ويكيبيديا

-د. هبه عيسوى تكتب: تمارين وألعاب من شأنها زيادة قدرة الأطفال على التركيز

-المفتى: فضيلة الشيخ محمد بخيت. 11 جمادى الثانية 1335 هجرية - 3 ابريل 1917 م حكم الاستمناء

- نشرت على موقع المستشارللكاتب د.محمد المهدي بتاريخ: 2004/03/19

- كيف ينشئ الاباء الأكفاء أبناء عظاما الان و روبرت ديفيدسون

-برنامج تدريبي لأمهات أطفال صعوبة التعلم لانا نجم الدين الداوودي

www.gulfkids.com/learning disability

المراجع الأجنبية:

-My Grief Rights: Ten Healing Rights for Grieving Children by Alan D. Wolfelt, Ph.D.

-Michelle A Post, LMFT, from Worden, J.W. (1996), Children and Grief: When a parent dies. Pages 140-147. Guilford Press, New York, NY.

-National institute of mental health press. Autism by sharyn neuwirth

-Toilet Training Presented By: Dr. Nahla Radwan

Child and Adolescence Unit, Abbasia hospital for mental health

-www.childwelfare.gov/preventing

-Nadine Corral, Educational Consultant, University of Arizona, Tucson

-Problems of special needs adolescents by sayed gomaa

-James lehmar, empowering parents

-Families in the Military, “Facts for Families,” No. 88 (3/04)

-Reactive Attachment Disorder, “Facts for Families,” No. 85 (5/08)

-Smart Kids with Learning Disabilities®, Inc., Westport, Connecticut, U.S.A.

- Ways to Encourage Independent Play, 2013 BY DR. RENE HACKNEY.

- JOURNALING TECHNIQUE: GOOD PARENT MESSAGES from Body, Self and Soul by Jack Rosenberg (available at ibponline.com) From Chapter Two, A Psychological Overview; the Four Arenas

-School Refusal in Children and Adolescents, WANDA P. FREMONT, M.D., State University of New York Upstate Medical University, Syracuse, New York

Am Fam Physician. 2003 Oct 15; 68(8):1555-1561.

-Journal of Family Studies, Vol. 9, No. 1, April 2003, pp. 63–80 63.Enduring Conflict in Parental Separation: Pathways of Impact on Child Development Jennifer McIntosh

- Treatment and Education of Autistic and related Communication handicapped Children, لطيف الحبيب
منقول عن مجلة احتياجات خاصة

-Elizabeth Pantley, understanding your child temperament

- Hart et al2 and Brassard et al.5

PEDIATRICS Volume 130, Number 2, August 2012

-POSITIVE DISCIPLINE, What it is and how to do it Joan E. Durrant, Ph.D.

- good parenting by Iraqi Association for Child Mental Health (IACMH), contributors are; Dr A. Kareem AlObaidi, Dr Ghazwn AlBadawi, Dr Waiel AlAni, Dr Naama AlYaseen & Dr Basem AlObaidi

-My teenager is driving me crazy by Joyce L. vedral

-What Is Stammering, Stuttering? What Causes Stammering, Stuttering? by Christian Nordqvist

Parenting an ADHD/ADD child Dr/ Menna Dakroury

Certified parent educator

- Understanding and Coping with Sexual Behavior Problems in Children by the Child Sexual Abuse Committee of the National Child Traumatic Stress Network in partnership with the National Center on Sexual Behavior of Youth.

-Children's Feelings: How Children Express Frustration by Jan Drucker PhD

- The International Dyslexia Association (IDA) UNDERSTANDING DYSGRAPHIA fact sheet

-COMPREHENSIVE HANDBOOKOF PERSONALITY AND PSYCHOPATHOLOGY VOLUME 3CHILD PSYCHOPATHOLOGY Robert T. Ammerman

- Dr. Huntley's treatment program for gender dysphoria

- John Duffy, author of the book The Available Parent: Radical Optimism for Raising Teens and Tweens.

الكتـــاب الإلكتروني لشبكـة العلـوم النفسيـة العربيـة: العـدد 36

إصـدارات مؤسســة العلـوم النفسيـة العربيـة

الكتاب العربي للعلوم النفسية
اصدارات محكمة في علوم النفس
36
2015

نحو مدرسة عربية في علوم النفس



د. ريهام أحمد عبد المحسن سيد

- الاختصاص:
- الشهادة:ماجستير امراض نفسية و عصبية جامعة عين شمس2006
الزمالة المصرية في الطب النفسي2009
- الوظائف والمسؤوليات: استشاري الطب النفسي بمستشفى المعمورة للطب النفسي بالاسكندرية

أخر اصدارات الشبكة



إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية